

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ 04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Разработчик: Комиссаров И.В.

Специальность: 35.02.05 Агрономия

Наименование учебной дисциплины: ОГСЭ 04 Физическая культура

Цели и задачи учебной дисциплины:

С целью овладения соответствующими общими компетенциями обучающийся в ходе освоения учебной дисциплины должен

иметь практический опыт:

- выполнения упражнений, направленных на увеличение общей физической подготовки.
- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений
- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг

уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни.

Результаты освоения учебной дисциплины

Код и наименование компетенции	Наименование результата обучения	Номер темы
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	иметь практический опыт: - выполнения упражнений, направленных на увеличение общей физической подготовки. - проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений - включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг знать: – основы здорового образа жизни.	Тема 2.1 Тема 2.2 Тема 2.3 Тема 5.1 Тема 5.2 Тема 5.3 Тема 6.1 Тема 6.2 Тема 6.3
ОК3. Принимать решения в стандартных и	иметь практический опыт: – выполнения упражнений, направленных на увеличение общей физической подготовки.	Тема 1.1 Тема 4.1 Тема 4.2

<p>нестандартных ситуациях и настиии за них ответственность</p>	<p>уметь: – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.</p> <p>знать: – о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; – основы здорового образа жизни.</p>	<p>Тема 4.3</p>
<p>ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями</p>	<p>иметь практический опыт: - включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг</p> <p>уметь: – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.</p> <p>знать: – основы здорового образа жизни.</p>	<p>Тема 3.1 Тема 3.2 Тема 3.3 Тема 3.4 Тема 3.5</p>

Содержание учебной дисциплины

Раздел 1 Научно-методические основы формирования физической культуры личности

Тема 1.1 Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни

Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности

Тема 2.1 Общая физическая подготовка

Тема 2.1 Лёгкая атлетика. Бег

Тема 2.2 Лёгкая атлетика. Прыжок в длину с разбега

Раздел 3. Волейбол

Тема 3.1 Правила игры и судейства

Тема 3.2 Техника владения мячом

Тема 3.3 Техника игры в защите

Тема 3.4 Техника игры в нападение

Тема 3.5 Тактика игры в защите

Раздел 4. Гимнастика

Тема 4.1 Методика составления и проведения простейших самостоятельных физических упражнений

Тема 4.2 Техника выполнения упражнений на гимнастических снарядах

Тема 4.3 Акробатика. Вольные упражнения

Раздел 5 Лыжная подготовка

Тема 5.1 Требование и правила безопасности на занятиях лыжной подготовки

Тема 5.2 Овладение общими основами лыжной подготовки

Тема 5.3 Техника преодоления спусков, подъемов, поворотов

Раздел 6. Основы формирования физической культуры личности

Тема 6.1 Общая физическая подготовка

Тема 6.2 Лёгкая атлетика. Различные виды бега.

Тема 6.3 Лёгкая атлетика. Прыжок в длину с разбега