

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Аннотация рабочей программы дисциплины

**ОГСЭ.04 Физическая культура**

общий гуманитарный и социально-экономический учебный цикл  
программы подготовки специалистов среднего звена  
по специальности  
35.02.08 Электрификация и автоматизация сельского хозяйства  
базовая подготовка  
форма обучения заочная

Троицк  
2022

## ОГСЭ.04 Физическая культура

### 1. Область применения рабочей программы:

Дисциплина «ОГСЭ.04 Физическая культура» является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 35.02.08 Электрификация и автоматизация сельского хозяйства.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 2, ОК 3, ОК 6 ЛР1, ЛР2, ЛР3, ЛР4, ЛР5, ЛР6, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР10, ЛР11, ЛР12.

### 2. Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:

код	умения	знания
ОК 2, ОК 3, ОК 6 ЛР 1- ЛР 12	- использовать физкультурно - оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни.

### 3. Общая трудоемкость учебной дисциплины:

Вид учебной работы	Очная форма обучения
Максимальная учебная нагрузка	328 часов
Обязательная учебная нагрузка	16 часа
Самостоятельная работа	164 часа
Форма контроля	домашняя контрольная работа
Форма аттестации	зачет, дифференцированный зачет

### 4. Тематический план учебной дисциплины:

#### Раздел 1. Легкая атлетика.

Тема 1.1. Бег на короткие дистанции.

Тема 1.2. Бег на длинные дистанции.

Тема 1.3. Метание гранаты, диска. Толкание ядра.

Тема 1.4 Прыжки в длину.

#### Раздел 2. Спортивные игры.

Тема 2.1. Волейбол.

#### Раздел 3. Гимнастика.

Тема 3.1. Перекладина. Гимнастическая стенка.

Тема 3.2. Опорный прыжок.

Тема 3.3. Акробатика.

Тема 3.4. Строевые упражнения.

#### Раздел 4. Спортивные игры.

Тема 4.1. Баскетбол.

#### Раздел 5. Виды спорта по выбору.

Тема 5.1. Футбол.

Тема 5.2. Спортивная аэробика и ритмическая гимнастика.

Тема 5.3. Элементы единоборства.

Тема 5.4. Настольный теннис.

Тема 5.5. Дыхательная гимнастика.