

ЗЛЫНКОВСКИЙ ФИЛИАЛ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«БРЯНСКИЙ АГРАРНЫЙ ТЕХНИКУМ ИМЕНИ ГЕРОЯ РОССИИ А.С.ЗАЙЦЕВА»

«Утверждаю»

Директор Злынковского филиала ГБПОУ
«БАТ имени Героя России А.С.Зайцева»

О.М. Позднякова О.М. Позднякова
«30» Февраль 2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ
ДИСЦИПЛИНЫ**

СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

35.01.27 Мастер сельскохозяйственного производства

профиль обучения: технический

г. Злынка, 2023 г.

Основная образовательная программа подготовки специалистов среднего звена по специальности 35.01.27 Мастер сельскохозяйственного производства среднего профессионального образования (далее СПО), входящей в состав укрупненной группы профессий 35.00.00 Сельское и рыбное хозяйство, составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 35.01.27 Мастер сельскохозяйственного производства, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 26 августа 2022 г. № 775.

Организация-разработчик: Злынковский филиал ГБПОУ «Бат имени героя России А.С. Зайцева»

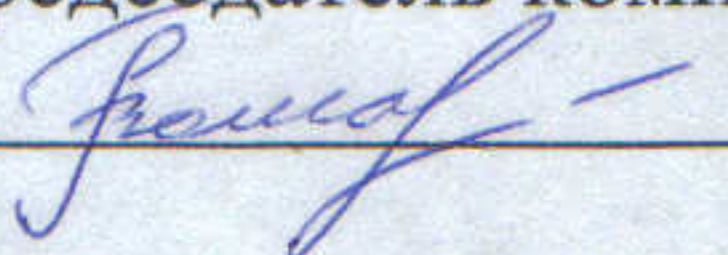
Разработчик:

Григорьева Татьяна Сергеевна – преподаватель общеобразовательных дисциплин.

Рассмотрена и одобрена предметной (цикловой) комиссией:

Протокол № «30» 08 2023г.

председатель комиссии

 **С.В.Романова**

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УР

 **О.А. Осипова**

«30» 08 2023г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА.	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ СГ.04 Физическая культура

1.1. Место предмета в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина СГ.04 «Физическая культура» входит в общеобразовательный цикл основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по профессии **35.01.27 Мастер сельскохозяйственного производства.**

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 8

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

Код ПК, ОК,	Умения	Знания
ОК 8	У 1.1. использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; У 1.2. применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; У 1.3. пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии	З 1.1. роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; З 1.2. основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; З 1.3. способы реализации собственно развития.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	36
в т. ч. в форме практической подготовки	34
в т. ч.:	
теоретическое обучение	2
практические занятия (<i>если предусмотрено</i>)	34
<i>Самостоятельная работа</i>	-
Промежуточная аттестация в форме Дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины СГ. 04 «Физическая культура»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад ч	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы	Код ПК, ОК	Код Н/У/З
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>
Тема 1 Введение. Физическая культура в профессиональной деятельности	Дидактические единицы	2	ЛР1-ЛР17	ОК 08	У 1.1. У 1.2. У 1.3. 3 1.1. 3 1.2. 3 1.3.
	Физическая культура и личность профессионала				
	В том числе практических занятий	2			
	Практическое занятие №1. Выполнения тестов для определения и анализа состояния здоровья	2			
Тема 2 Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	Дидактические единицы	2	ЛР1-ЛР17	ОК 08	У 1.1. У 1.2. У 1.3. 3 1.1. 3 1.2. 3 1.3.
	Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий, их формы и содержание. Основные принципы построения самостоятельных занятий и их гигиена.				
	В том числе практических занятий	2			
	Практическое занятие №2. Выполнение тестов для определения оптимальной индивидуальной нагрузки.	2			
Тема 3 Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии	Дидактические единицы	2		ОК 08	У 1.1. У 1.2. У 1.3. 3 1.1. 3
	Использование методов стандартов, антропометрических индексов,				

оценки	номограмм, функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, физической подготовленности.				1.2. 3 1.3.
	В том числе практических занятий	2			
	Практическое занятие №3 Ведение дневника самоконтроля	2			
Тема 4 Психофизиологические основы учебного и производственного труда.	Дидактические единицы, содержание	4	<i>ЛР1-ЛР17</i>	ОК 08	У 1.1. У 1.2. У 1.3. 3 1.1. 3 1.2. 3 1.3.
	В том числе практических занятий	4			
	Практическое занятие №4. Измерение и оценка физического развития.	2			
	Практическое занятие №5 Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля	2			
Тема 5 Легкая атлетика	Дидактические единицы, содержание	8	<i>ЛР1-ЛР17</i>	ОК 08	У 1.1. У 1.2. У 1.3. 3 1.1. 3 1.2. 3 1.3.
	Развитие выносливости, быстроты, скоростно-силовых качеств, упорства, трудолюбия, внимания, восприятия, мышления. Техника безопасности во время занятий на спортивной площадке.				
	В том числе практических занятий	8			
	Практическое занятие №6 Бег на короткие дистанции. Меры безопасности при беге.	2			

	Практическое занятие №7. Низкий старт, стартовый разгон. Финиширование.	2			
	Практическое занятие №8. Бег на длинные дистанции. Дыхательные упражнения при беге	2			
	Практическое занятие №9 Сдача контрольных нормативов.	2			
Тема 6 Гимнастика	Дидактические единицы, содержание	8	<i>ЛР1-ЛР17</i>	ОК 08	У 1.1. У 1.2. У 1.3. 3 1.1. 3 1.2. 3 1.3.
	Оздоровительные и профилактические задачи гимнастики. Развитие силы, выносливости, координации, гибкости, равновесия, сенсоторики.				
	В том числе практические занятия	8			
	Практическое занятие №10 Использование общих развивающих упражнений и строевых приемов во время разминки	2			
	Практическое занятие №11. Выполнение упражнений для профилактики профессиональных заболеваний.	2			
	Практическое занятие №12. Выполнение комплексов упражнений вводной и производственной гимнастики	2			
	Практическое занятие №13 Осуществление самоконтроля за состоянием здоровья.	2			
Тема 7	Дидактические единицы, содержание	8			У 1.1. У

Спортивные игры				ОК 08	1.2. У 1.3. 3 1.1. 3 1.2. 3 1.3.
	В том числе практические занятия	8	<i>ЛР1-ЛР17</i>		
	Практическое занятие №14. Баскетбол. Индивидуальные действия игрока без мяча и с мячом, групповые и командные действия игроков.	2			
	Практическое занятие №15. Волейбол. Групповые и командные действия игроков. Взаимодействие игроков. Учебная игра.	4			
	Практическое занятие №16. Применение приемов первой помощи при травмах в игровой ситуации.	2			
Дифференцированный зачет		2			
Всего		36			

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения: Спортивный зал со спортивным инвентарем, открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий спортивным оборудованием.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

3.2.1. Основные печатные и электронные издания

Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — URL : <https://urait.ru/bcode/491233>

3.2.2. Дополнительные источники

1. *Муллер, А. Б.* Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — URL : <https://urait.ru/bcode/489849>

2. Физическая культура : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — URL : <https://urait.ru/bcode/495018>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения¹</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<p>У 1.1. использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</p> <p>У 1.2. применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</p> <p>У 1.3. пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности)</p>	<p>-демонстрирует навыки владения, тактикой в спортивных играх;</p> <p>-владеет техниками выполнения двигательных действий;</p> <p>-выполняет тактико-технические действия в игре;</p> <p>выполняет требуемые элементы;</p> <p>-применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</p> <p>-использует средства профилактики перенапряжения характерными для данной специальности при гидрологических обследованиях водных объектов</p>	<p>Анализ результатов тестирования</p> <p>Экспертная оценка по результатам наблюдения за деятельностью студента в процессе освоения учебной дисциплины</p>
<p>З 1.1. роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</p> <p>З 1.2. основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;</p> <p>З 1.3. способы реализации собственно развития.</p>	<p>-демонстрирует системные знания в области основ здорового образа жизни и роли физической культуры в гармоничном развитии личности человека;</p> <p>-владеет информацией о регулярных физических нагрузках в выбранной специальности и способах профилактики профзаболеваний</p>	<p>Экспертная оценка по результатам наблюдения за деятельностью студента в процессе освоения учебной дисциплины</p>