Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ермаков Алексей Михайлович
Должность: Врио ректора
Дата подписания: 04.12.2025 14:21:50
Уникальный программный ключ:
820dd736c6564d02e8[illegible]

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И КАДРОВОЙ ПОЛИТИКИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО Донской ГАУ)
Донской аграрный колледж

УТВЕРЖДАЮ
Врио проректора по УР и ЦТ
_____Ширяев С.Г.
« 24» марта 2026 г.
м.п.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

СГЦ.04Физическая культура

Специальность *36.02.03Зоотехния*
(на базе 11 классов - среднее общее образование)

Форма обучения *заочная*

Организация-разработчик: федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Донской государственный аграрный университет»

Разработчик:

Чернов М.В.		преподаватель	-	-
ФИО	(подпись)	(должность)	(ученая степень)	(ученое звание)

Рассмотрено и рекомендовано:

На заседании Методического совета Колледжа протокол заседания от 24.03.2026 г. № 7

И.о.Директора Донского аграрного колледжа _____ Чернышкова О.С.
(подпись) ФИО

п. Персиановский, 2026 г.

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИЧЕСКАЯКУЛЬТУРА

1. 1.Область примененияпрограммы

Рабочая программа дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 36.02.03 Зоотехния (среднее общее образование), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.07.2023 г. N 546.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре программыподготовки специалистов среднегозвена:

Общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

1.3. Целиизадачиучебнойдисциплины-требованиякрезультатам освоения учебнойдисциплины

В результате освоения учебной дисциплины Физическая культура обучающийся должен **уметь** использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения учебной дисциплины Физическая культура обучающийся должен **знать**:

- о ролифизическойкультурывобщекультурном,профессиональномисоциальном развитииичеловека.

- основы здорового образажизни и индивидуальные особенности своего организма

- подготовка к освоению общих компетенций (ОК):

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебнойработы

Физическая культура изучается на 1, 2 и 3 курсах 320 часа, в 1, 2, 3, 4, 5, 6 семестрах. Всего 320 часов максимальной нагрузки, из них 160 обязательной нагрузки.

Вид учебной работы	**Объём часов**	
	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
	2024г.н.	
Максимальная учебная нагрузка (всего)	72	72
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	72	72
в том числе:		
лабораторные работы (*не предусмотрено)*		
практические занятия	72	18
теоретические занятия(*не предусмотрено)*		
контрольные работы (*не предусмотрено)*		
курсовая работа (проект) (*не предусмотрено)*		
Самостоятельная работа обучающегося (всего), в том числе: самостоятельная учебная нагрузка, включая игровые виды подготовки (за счет различных форм внеаудиторных занятий в спортивных клубах, секциях)		54
Промежуточная аттестация вформе зачета		

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины Физическая культура
1 курсобучения

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практическиеработы,самостоятельнаяработаобучающихся	Объемчасов		Уровень освоения
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения	
1	2	3		4
Тема 1. Введение		**7**	**7**	
Тема 1. Инструктаж по ТБ	**Содержание учебного материала**			
	Введение. Правила поведения на занятиях. Инструктаж по ТБ.	7	7	
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			
	Практическое занятие: (не предусмотрено)			2
	Контрольная работа (не предусмотрено)			
	Самостоятельная работа обучающихся Написание реферата по теме правила безопасности.			
Тема 2. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.		**13**	**13**	
Тема 2. Физическая культура как учебная дисциплина	**Содержание учебного материала**			
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			
	Практическое занятие: основные положения организации физического воспитания в вузе. Основные понятия и краткая характеристика физической культуры.	13	3	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)			

	Самостоятельная работа обучающихся Написание реферата по теме «Физическая культура и спорт». Участие студентов всоревнованиях по легкой атлетике.		10	
	Раздел 3. Социально-биологические основы физической культуры	**13**	**13**	
Тема 3. Двигательная активность как биологическая потребность организма	**Содержание учебного материала**			
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			
	Практическое занятие: Основные понятия.Совершенствование техники строевых упражнений. Совершенствование техники общеразвивающих упражнений.	13	3	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)			
	Самостоятельная работа написание реферата по теме «Двигательная активность человека». Составление комплекса физическихупражненийпроизводственной гимнастики для работников умственного труда.		10	
	Раздел 4. Здоровый образ жизни	**13**	**13**	
Тема 4. Физическая культура в обеспечении здоровья.	**Содержание учебного материала**			
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			
	Практическое занятие: Факторы определяющие здоровый образ жизни.	13	3	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)			

	Самостоятельная работа студента: написание реферата по теме «Здоровье человека как ценность», «Влияние окружающей среды на здоровье».		10	
Раздел 5. Спортивные игры (волейбол)		**13**	**13**	
Тема 5. Техника игры волейбол	**Содержание учебного материала**			
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			
	Практическое занятие: Совершенствование игры волейбол	13	3	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)			
	Самостоятельная работа студента: Изучение правил по волейболу. Судейство соревнований по волейболу. Посещение спортивной секции по волейболу. Участие в соревнованиях во волейболу .		10	
Раздел 6. Спортивные игры (баскетбол)		**13**	**13**	
Тема 6. Техника ведения и передачи мяча	**Содержание учебного материала**			
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			
	Практическое занятие: Совершенствование техники игры баскетбол	13	3	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)			
	Самостоятельная работа студента: Изучение правил по баскетболу. Судейство соревнований по баскетболу. Посещение спортивной секции по баскетболу, участие в соревнованиях по баскетболу.		10	
Всего:		**72**	**72**	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническомуобеспечению

Спортивный зал; учебная аудитория № 5 для проведения учебных занятий, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная специализированной мебелью (место преподавателя); техническими средствами обучения: специализированное учебное оборудование - спортивное оборудование и инвентарь (сетка волейбольная (1), стойки для сетки (1 комплект), гири (25), перекладина (1), брус (1), штанга (1), стол для армспорта (1)).

Учебная аудитория № 5 для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная техническими средствами обучения: специализированное учебное оборудование - спортивное оборудование и инвентарь (тренажеры для различных мышечных групп (18), весы (1))

Учебная аудитория № 6 (зал общей физической подготовки) для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная техническими средствами обучения: специализированное учебное оборудование -спортивное оборудование и инвентарь (гимнастическая лестница (1), сетка волейбольная (1), баскетбольные кольца (2), канат (1))

Спортивный зал; учебная аудитория № 7 для проведения учебных занятий, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная специализированной мебелью (рабочее место преподавателя); техническими средствами обучения (специализированное учебное оборудование - спортивное оборудование и инвентарь (сетка волейбольная (1), стойки волейбольные (1 комплект), мячи волейбольные (5), мячи баскетбольные (5), мячи футбольные (5), щиты баскетбольные с кольцами (9), сетка футбольная (2))

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

№ п\п	**Основные источники**	Количество экземпляров в библиотеке / ссылка на ЭБС	Используется при изучении разделов
1	Габибов, А.Б. Технология обучения игры в волейбол : методическое пособие для обучающихся в СПО по всем направлениям подготовки / А.Б. Габибов ; Донской ГАУ. - Персиановский : Донской ГАУ, 2021. - 48 с. - http://biblio.dongau.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&id=35533&idb=3._Текст : электронный.	http://biblio.dongau.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&id=35533&idb=3	1-6
2	Габибов, А.Б. Баскетбол : методическое пособие для обучающихся в СПО по всем	http://biblio.dongau.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&id=35527&idb=3	1-6

	направлениям подготовки / А.Б. Габибов ; Донской ГАУ. - Персиановский : Донской ГАУ, 2021. - 82 с. http://biblio.dongau.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&id=35527&idb=3- Текст : электронный.		
3	Бомин, В. А. Организация занятий физической культурой и спортом студентов : учебное пособие / В. А. Бомин, А. И. Ракоца, А. И. Трегуб. — Иркутск : Иркутский ГАУ, 2019. — 322 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — https://e.lanbook.com/book/133353 Режим доступа: для авториз. Пользователей.	https://e.lanbook.com/book/133353	1-6
4	Коровин, С.С. Физическая культура. Ценности. Личность: учебное пособие для обучающихся системы среднего профессионального образования и обучающихся — бакалавров высшего образования : [12+] / С.С. Коровин. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 199 с. : ил., табл. – https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=570992 Режим доступа: по подписке. – Текст : электронный.	https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=570992	1-6

№ п\п	**Дополнительные источники**	Количество экземпляров в библиотеке / ссылка на ЭБС	Используется при изучении разделов
1	Краснов, С. В. Легкая атлетика : методические указания / С. В. Краснов, Д. А. Аксенов. — Самара :СамГАУ, 2022. — 36 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — https://e.lanbook.com/book/244517 Режим доступа: для авториз. пользователей.	https://e.lanbook.com/book/244517	1-6

Перечень лицензионного программного обеспечения

Windows 8.1;
Adobeacrobatreader;
GoogleChrome;
UnrealCommander;
Zoom;
Skype;
Dr.Web;
7-zip;

YandexBrowser;
Лаборатория ММИС «Планы».

Перечень профессиональных баз данных

1. Общероссийская сеть распространения правовой информации «Консультант Плюс». – Режим доступа: http://www.consultant.ru

2. СПС ГАРАНТ. – Режим доступа: http://www.garant.ru

Перечень информационных справочных систем

1. Официальный сайт Министерства по физической культуре и спорту Ростовской области http:// www.minsport.donland.ru

2. Официальный портал правительства Ростовской области http://www.donland.ru

3. Сетевое издание «Центр раскрытия корпоративной информации» http://www.e-disclosure.ru

4. ЭБС «Лань» http: / /e.lanbook.com

5. ЭБС «AgriLib» http://ebs.rgazu.ru

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий.

Результаты обучения (освоения умения, усвоенные знания)	**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**
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.	зачет, практическая проверка (сдача контрольных нормативов)