Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ермаков Алексей Михайлович
Должность: Врио ректора
Дата подписания: 04.11.2026 12:26:35
Уникальный программный ключ:
820dd736c6564d02e9f00c4043156a3692d52b7e

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

ОГСЭ.05 Физическая культура

Специальность	36.02.01 Ветеринария на базе 11 классов (среднее общее образование)
Форма обучения	Очная, очно-заочная

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

Разработчик:

Габибов А.Б.		зав. кафедрой	канд. с.-х. наук	доцент
ФИО	(подпись)	(должность)	(ученая степень)	(ученое звание)

Рассмотрено и рекомендовано:

На заседании Методического совета Колледжа протокол заседания от 24.03.2026 № **7**

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

п. Персиановский, 2026 г.

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1. Область применения программы

Рабочая программа дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 36.02.01 Ветеринария.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

Общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

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

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

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека.
- основы здорового образа жизни и индивидуальные особенности своего организма

В результате освоения учебной дисциплины Физическая культура обучающийся должен **уметь**

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

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	**Объём часов**					
	Очная форма обучения, 2025 г.н.			**Очно-заочная форма обучения, 2025 г.н.**		
	1 курс	2 курс	3 курс	1 курс	2 курс	3 курс
Максимальная учебная нагрузка (всего)	60	52	56	60	52	56
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	60	52	56	60	52	56
в том числе:						
лабораторные работы (*не предусмотрено)*						
практические занятия	60	52	56	20	14	20
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) (не предусмотрено)	-	-	-	40	38	36
Промежуточная аттестация в форме	других форм контроля, зачета, дифференцированного зачета			других форм контроля, зачета, дифференцированного зачета		

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины ОГСЭ.05
Физическая культура
1 курс обучения

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов Очная форма обучения, 2025 г.н.	Объем часов Очно-заочная форма обучения, 2025 г.н.	Уровень освоения
1	**2**	**3**	**3**	**4**
Тема 1. Введение		**4**	**4**	
Тема 1. Инструктаж по ТБ	**Содержание учебного материала**			2
	Введение. Правила поведения на занятиях. Инструктаж по ТБ.	4	2	
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			
	Практическое занятие: (не предусмотрено)			
	Контрольная работа (не предусмотрено)			
	Самостоятельная работа обучающихся	-	2	
Тема 2. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.		**12**	**12**	1,2
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.	12	4	2

	Контрольная работа (не предусмотрено)			
	Самостоятельная работа обучающихся	-	8	
Раздел 3. Социально-биологические основы физической культуры		**12**	**12**	
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.	12	4	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)			
	Самостоятельная работа	-	8	
Раздел 4. Здоровый образ жизни		**12**	**12**	
Тема 4. Физическая культура в обеспечении здоровья.	**Содержание учебного материала**			
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			
	Практическое занятие: Факторы определяющие здоровый образ жизни.	12	4	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)			
	Самостоятельная работа студента:	-	8	
Раздел 5. Спортивные игры (волейбол)		**10**	**10**	
Тема 5. Техника игры волейбол	**Содержание учебного материала**			
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			

	Практическое занятие: Совершенствование игры волейбол	10	3	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)			
	Самостоятельная работа студента:	-	7	
Раздел 6. Спортивные игры (баскетбол)		**10**	**10**	
Тема 6. Техника ведения и передачи мяча	**Содержание учебного материала**			
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			
	Практическое занятие: Совершенствование техники игры баскетбол	10	3	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)			
	Самостоятельная работа студента:	-	7	
Всего:		**60**	**60**	

Тематический план и содержание учебной дисциплины Физическая культура

2 2 курс обучения

Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся** **2**	**Объем часов Очная форма обучения, 2025 г.н.**	**Объем часов Очно-заочная форма обучения, 2025 г.н.**	**Уровень освоения**
1			**3**	**4**
Тема 1. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности студентов.		**12**	**12**	
Тема 1.1 Средства физической культуры в регулировании работоспособности	**Содержание учебного материала**			
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			
	Практическое занятие: инструктаж по ТБ. Совершенствование техники выполнения специально - беговых упражнений бегуна. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции.	12	4	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)			

	Самостоятельная работа обучающихся (не предусмотрено)		8	
Раздел 2. Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания		**10**	**10**	
Тема 2.1. Основы обучения движениям физических упражнений	**Содержание учебного материала**			
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			
	Практическое занятие: Совершенствование техники выносливости и быстроты движения. Совершенствование техники гибкости. Совершенствование техники физических качеств	10	2	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)			
	Самостоятельная работа		8	
Раздел 3. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями разной направленности		**10**	**10**	

Тема 3.1 Основные принципы оздоровительной тренировки	**Содержание учебного материала**			
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			
	Практическое занятие: всесторонняя направленность оздоровительной тренировки.	10	2	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)			
	Самостоятельная работа студента:		8	
Раздел 4. Легкая атлетика		**10**	**10**	
Тема 1.1 Техника бега на разные дистанции	**Содержание учебного материала**			
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			
	Практическое занятие: Совершенствование техники выполнения специально - беговых упражнений бегуна. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции.	10	3	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)			
	Самостоятельная работа обучающихся		7	
Раздел 5. Гимнастика		**10**	**10**	
Тема 2.1. Техника гимнастических упражнений	**Содержание учебного материала**			
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			

	Практическое занятие: Совершенствование техники строевых упражнений. Совершенствование техники общеразвивающих упражнений. Совершенствование техники акробатических упражнений	10	3	2
	Содержание учебного материала			
	Самостоятельная работа		7	
Всего:		**52**	**52**	

Тематический план и содержание учебной дисциплины Физическая культура
3 курс обучения

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся 2	Объем часов Очная форма обучения, 2025 г.н.	Объем часов Очно-заочная форма обучения, 2025 г.н.	Уровень освоения
1			**3**	**4**
Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.		**11**	**11**	
Тема 1.1 Физическая культура как часть общечеловеческой культуры	**Содержание учебного материала**			
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			
	Практическое занятие: инструктаж по ТБ. Совершенствование техники выполнения упражнений общей физической подготовки.	11	4	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)			
	Самостоятельная работа обучающихся		7	
Раздел 2. Спортивные игры (футбол)		**12**	**12**	
Тема 2.1. Техника ведения и	**Содержание учебного материала**			

передачи мяча	**Лабораторная работа** (не предусмотрено)			
	Практическое занятие: Совершенствование техники игры в футбол	12	4	2
	упражнений.			
	Контрольная работа (не предусмотрено)			
	Самостоятельная работа студента:		8	
Раздел 3. Индивидуальный выбор спорта или системы физических упражнений		**12**	**12**	
Тема 3.1 Характеристики техник основных групп видов спорта	**Содержание учебного материала**			
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			
	Практическое занятие: индивидуальный выбор систем физических упражнений	12	4	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)			
	Самостоятельная работа студента:		8	
Раздел 4. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений		**11**	**11**	
Тема 4.1. Спортивная классификация и правила соревнований в выбранном спорте	**Содержание учебного материала**			
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			
	Практическое занятие: Совершенствование техники ловкости в выбранном виде спорта	11	4	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)			

	Самостоятельная работа студента:		7	
Раздел 5. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов		**10**	**10**	
Раздел 5. 1 Влияние производственной гимнастики на работоспособность	**Содержание учебного материала**			
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			
	Практическое занятие: Совершенствование техники общеразвивающих упражнений.	10	4	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)			
	Самостоятельная работа студента: (не предусмотрено)		6	
Всего:		**56**	**56**	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

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))

Помещение для самостоятельной работы обучающихся (электронный читальный зал, кабинет № 45) оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета; оснащенное специализированной мебелью.

Windows 8.1 Лицензия №65429551 от 30.06.2015 OPEN 95436094ZZE1706 от Microsoft Volume Licensing Service Center; Office Standard 2013 Лицензия № 65429549 от 30.06.2015 OPEN 95436094ZZE1706 Microsoft Volume Licensing Service Center; OpenOffice Свободно распространяемое ПО, лицензия Apache License 2.0, LGPL; Adobe acrobat reader Свободно распространяемое проприетарное программное обеспечение; Zoom Тариф Базовый Свободно распространяемое ПО, ZoomVideoCommunications, Inc.; Skype Свободно распространяемое проприетарное программное обеспечение; Yandex Browser Свободно распространяемое ПОYandex Browser Свободно распространяемое ПО; Лаборатория ММИС «АС «Нагрузка» Договор 8630 от 04.10.2021 между ФГБОУ ВО «Донской ГАУ» и ООО «Лаборатория

ММИС»; Лаборатория ММИС Деканат Договор № 773-23 от 13.01.2023 между ФГБОУ ВО «Донской ГАУ» и ООО «Лаборатория ММИС»; Лаборатория ММИС«Планы» Договор № 2789-24 от 16 мая 2024 г. г между ФГБОУ ВО «Донской ГАУ» и ООО «Лаборатория ММИС»; Система контент –фильтрации SkyDNS (SkyDNS агент) Договор № 2789-24 от 16 мая 2024 г. г. ООО «СкайДНС»; Dr.Web Договор № РГА01140022 от «16» Января 2025 г. между ФГБОУ ВО «Донской ГАУ» и ООО «КОМПАНИЯ ГЭНДАЛЬФ»; 7-zip Свободно распространяемое ПО, GNU Lesser General Public License

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. - URL: 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 направлениям подготовки / А.Б. Габибов ; Донской ГАУ. - Персиановский : Донской ГАУ, 2021. - 82 с. - URL: http://biblio.dongau.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&id=35527&idb=3. - Текст : электронный.	http://biblio.dongau.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&id=35527&idb=3	1-6
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. — URL: https://e.lanbook.com/book/133353. — Режим доступа: для авториз. пользователей.	https://e.lanbook.com/book/133353	1-6
4	Агеева, Г. Ф. Теория и методика физической культуры и спорта / Г. Ф. Агеева, Е. Н. Карпенкова. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 68 с. — ISBN 978-5-507-48942-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/366788.	https://e.lanbook.com/book/366788	1-6

	— Режим доступа: для авториз. пользователей.		

№ п\п	Дополнительные источники	Количество экземпляров в библиотеке / ссылка на ЭБС	Используется при изучении разделов
2	Краснов, С. В. Легкая атлетика : методические указания / С. В. Краснов, Д. А. Аксенов. — Самара : СамГАУ, 2022. — 36 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: 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 Лицензия №65429551 от 30.06.2015 OPEN 95436094ZZE1706 от Microsoft Volume Licensing Service Center;

Office Standard 2013 Лицензия № 65429549 от 30.06.2015 OPEN 95436094ZZE1706 Microsoft Volume Licensing Service Center;

OpenOffice Свободно распространяемое ПО, лицензия Apache License 2.0, LGPL;

Adobe acrobat reader Свободно распространяемое проприетарное программное обеспечение; Zoom Тариф Базовый Свободно распространяемое ПО, ZoomVideoCommunications, Inc.;

Skype Свободно распространяемое проприетарное программное обеспечение; Yandex Browser Свободно распространяемое ПОYandex Browser Свободно распространяемое ПО;

Лаборатория ММИС «АС «Нагрузка» Договор 8630 от 04.10.2021 между ФГБОУ ВО «Донской ГАУ» и ООО «Лаборатория ММИС»;

Лаборатория ММИС Деканат Договор № 773-23 от 13.01.2023 между ФГБОУ ВО «Донской ГАУ» и ООО «Лаборатория ММИС»;

Лаборатория ММИС«Планы» Договор № 1944-23 от 26.10.2023 г между ФГБОУ ВО «Донской ГАУ» и ООО «Лаборатория ММИС»;

Система контент –фильтрации SkyDNS (SkyDNS агент) Договор № 1944-23 от 26.10.2023 г. ООО «СкайДНС»;

Dr.Web Договор № РГА12110020 от 25.12.2023 между ФГБОУ ВО «Донской ГАУ» и ООО «КОМПАНИЯ ГЭНДАЛЬФ»;

7-zip Свободно распространяемое ПО, GNU Lesser General Public License

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 (освоенные умения, усвоенные знания)	**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**
В результате обучения обучающийся должен:	
знать:	
о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни	зачет, практическая проверка (сдача контрольных нормативов)
уметь:	
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	зачет, практическая проверка (сдача контрольных нормативов)
Итоговый контроль:	***Дифференцированный зачет***