Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ермаков Алексей Михайлович
Должность: Врио ректора
Дата подписания: 01.11.2024 12:19:12
Уникальный программный ключ:
820dd736c6564d02e9f00c4043156a3693d52b7e

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<br>на базе 9 классов (основное общее образование) |
| **Форма обучения** | очная |

**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.** | | |
|---|---|---|---|
| | 2 курс | 3 курс | 4 курс |
| **Максимальная учебная нагрузка (всего)** | 60 | 52 | 56 |
| **Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)** | 60 | 52 | 56 |
| в том числе: | | | |
| лабораторные работы (*не предусмотрено)* | | | |
| практические занятия | 60 | 52 | 56 |
| 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) | | | |
| Промежуточная аттестация в форме других форм контроля, зачета, дифференцированного зачета | | | |

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

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

| | | | |
|---|---|---|---|
| дисциплина | **Практическое занятие:** основные положения организации физического воспитания в вузе. Основные понятия и краткая характеристика физической культуры. | 12 | 2 |
| | **Контрольная работа** (не предусмотрено) | | |
| | **Самостоятельная работа обучающихся** (не предусмотрено) | | |
| **Раздел 3. Социально-биологические основы физической культуры** | | **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 | 2 |
| | **Контрольная работа** (не предусмотрено) | | |
| | **Самостоятельная работа** (не предусмотрено) | | |
| **Раздел 4. Здоровый образ жизни** | | **12** | |
| Тема 4. Физическая культура в | **Содержание учебного материала** | | |
| | **Лабораторная работа** (не предусмотрено) | | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| обеспечении здоровья. | **Практическое занятие:** Факторы определяющие здоровый образ жизни. | 12 | 2 |
| | **Контрольная работа** (не предусмотрено) | | |
| | **Самостоятельная работа студента:** (не предусмотрено) | | |
| **Раздел 5. Спортивные игры (волейбол)** | | **10** | |
| Тема 5. Техника игры волейбол | **Содержание учебного материала** | | |
| | **Лабораторная работа** (не предусмотрено) | | |
| | **Практическое занятие:** Совершенствование игры волейбол | 10 | 2 |
| | **Контрольная работа** (не предусмотрено) | | |
| | **Самостоятельная работа студента:** (не предусмотрено) | | |
| **Раздел 6. Спортивные игры (баскетбол)** | | **10** | |
| Тема 6. Техника ведения и передачи мяча | **Содержание учебного материала** | | |
| | **Лабораторная работа** (не предусмотрено) | | |
| | **Практическое занятие:** Совершенствование техники игры баскетбол | 10 | 2 |
| | **Контрольная работа** (не предусмотрено) | | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | **Самостоятельная работа студента:** (не предусмотрено) | | |
| **Всего:** | | **60** | |

**Тематический план и содержание учебной дисциплины Физическая культура**

**2** **3 курс обучения**

| **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся 2** | **Объем Часов, 2025 г.н.** | **Уровень освоения** |
|---|---|---|---|
| **1** | | **3** | **4** |
| **Тема 1. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности студентов.** | | **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 | 2 |
| | **Контрольная работа** (не предусмотрено) | | |
| | **Самостоятельная работа обучающихся** (не предусмотрено) | | |
| **Раздел 2. Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания** | | **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 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | **Контрольная работа** (не предусмотрено) | | |
| | **Самостоятельная работа** (не предусмотрено) | | |
| **Раздел 3. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями разной направленности** | | **10** | |
| Тема 3.1 Основные принципы оздоровительной тренировки | **Содержание учебного материала** | | |
| | **Лабораторная работа** (не предусмотрено) | | |
| | **Практическое занятие:** всесторонняя направленность оздоровительной тренировки. | 10 | 2 |
| | **Контрольная работа** (не предусмотрено) | | |
| | **Самостоятельная работа студента:** (не предусмотрено) | | |
| **Раздел 4. Легкая атлетика** | | **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.<br>Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции. | 10 | 2 |
| | **Контрольная работа** (не предусмотрено) | | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | **Самостоятельная работа обучающихся**<br>(не предусмотрено) | | |
| **Раздел 5. Гимнастика** | | **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 | 2 |
| | **Содержание учебного материала** | | |
| | **Самостоятельная работа** (не предусмотрено) | | |
| **Всего:** | | **52** | |

**Тематический план и содержание учебной дисциплины Физическая культура**
**4 курс обучения**

| **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся** **2** | **Объем Часов, 2025 г.н.** | **Уровень освоения** |
|---|---|---|---|
| **1** | | **3** | **4** |
| **Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.** | | **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 | 2 |
| | **Контрольная работа** (не предусмотрено) | | |
| | **Самостоятельная работа обучающихся** (не предусмотрено) | | |
| **Раздел 2. Спортивные игры (футбол)** | | **12** | |
| Тема 2.1. Техника ведения и передачи мяча | **Содержание учебного материала** | | |
| | **Лабораторная работа** (не предусмотрено) | | |
| | **Практическое занятие:** Совершенствование техники игры в футбол | 12 | 2 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | упражнений. | | |
| | **Контрольная работа** (не предусмотрено) | | |
| | **Самостоятельная работа студента:** (не предусмотрено) | | |
| **Раздел 3. Индивидуальный выбор спорта или системы физических упражнений** | | **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 | 2 |
| | **Контрольная работа** (не предусмотрено) | | |
| | **Самостоятельная работа студента:** (не предусмотрено) | | |
| **Раздел 4. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений** | | **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 | 2 |
| | **Контрольная работа** (не предусмотрено) | | |

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

### 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 | Зобкова, Е. А. Основы спортивной тренировки / Е. А. Зобкова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 44 с. — ISBN 978-5-507-47830-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/329069. — Режим доступа: для авториз. пользователей. | https://e.lanbook.com/book/329069 | 1-6 |
| 2 | Краснов, Р. В. Физическая культура и спорт: использование упражнений из национальных и | https://e.lanbook.com/book/406805 | 1-6 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | традиционно культивируемых в России видов спорта в процессе физического воспитания студентов : учебное пособие / Р. В. Краснов, М. А. Кочерьян, П. П. Рыскин. — Екатеринбург : УрГЭУ, 2023. — 78 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/406805. — Режим доступа: для авториз. пользователей. | | |
| 3 | Федякин, А. А. Теория и организация адаптивной физической культуры / А. А. Федякин. — 2-е изд., испр. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 212 с. — ISBN 978-5-507-47352-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/362339. — Режим доступа: для авториз. пользователей. | https://e.lanbook.com/book/362339 | 1-6 |
| 4 | Игровые виды спорта как оптимальное средство развития физических качеств у студентов средних специальных и высших учебных заведений : учебное пособие / И. В. Волкова, А. С. Большев, М. С. Витушкина [и др.]. — Нижний Новгород : ННГАСУ, 2022. — 119 с. — ISBN 978-5-528-00504-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/342695. — Режим доступа: для авториз. пользователей. | https://e.lanbook.com/book/342695 | 1-6 |
| 5 | 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 |
| 6 | Коровин, С. С. Физическая культура. Ценности. Личность : учебное пособие для обучающихся системы среднего профессионального образования и обучающихся — бакалавров высшего образования : [12+] / | https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=570992 | 1-6 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | С. С. Коровин. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 199 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=570992. – Библиогр.: с. 193-195. – ISBN 978-5-4499-0428-7. – DOI 10.23681/570992. – Текст : электронный. | | |

| № п\п | **Дополнительные источники** | Количество экземпляров в библиотеке / ссылка на ЭБС | Используется при изучении разделов |
|---|---|---|---|
| 1 | Ветрова, И. В. Адаптивная физическая культура : учебное пособие / И. В. Ветрова, Л. В. Захарова, Н. В. Люлина. — Красноярск : КГПУ им. В.П. Астафьева, 2023. — 328 с. — ISBN 978-5-00102-616-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/338423. — Режим доступа: для авториз. пользователей. | https://e.lanbook.com/book/338423 | 1-6 |
| 2 | Мануйлов, С. И. Развитие быстроты движений и максимальной скорости бега юных спортсменов : учебно-методическое пособие / С. И. Мануйлов, В. Л. Крайник. — Барнаул : АлтГПУ, 2020. — 73 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/176477. — Режим доступа: для авториз. пользователей. | https://e.lanbook.com/book/176477 | 1-6 |
| 3 | 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 |
| 4 | 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 | 1-6 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | http://biblio.dongau.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&id=35527&idb=3. – Текст : электронный. | | |
| 5 | 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**

**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 осуществляются 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*** |