

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Астраханский государственный университет имени В.Н. Татищева»
(Астраханский государственный университет им. В.Н. Татищева)
Колледж
Астраханского государственного университета
им. В.Н. Татищева

СОГЛАСОВАНО

Руководитель ОПОП

 Выборнова Е.А.

«22» мая 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Председатель ЦК (МО)

 С.А. Миронова

протокол заседания ЦК (МО) № 12

от «26» мая 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебной дисциплины

Физическая культура

Составитель	Писарева В..Н., преподаватель физической культуры
Согласовано с работодателями	Бахитова Г.К., Директор ГБУ АО «Астраханская областная ветеринарная лаборатория»
Наименование специальности	36.02.01. Ветеринария (на базе 9 классов)
Профиль подготовки	Естественно-научный
Квалификация выпускника	Ветеринарный фельдшер
Форма обучения	очная
Год приема (курс)	2024 (на базе 9 класса)

Астрахань, 2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 36.02.01 Ветеринария.

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» может быть использована в программах повышения квалификации и переподготовки по направлению «Спортивная подготовка. Физическая культура».

1.2. Цель и планируемые результаты освоения учебной дисциплины

По итогам освоения учебной дисциплины «Физическая культура» обучающимися осваиваются следующие умения и знания:

Код и наименование ОК, ЛР	Умения	Знания
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.	Использовать приобретенные знания и умения в практической и профессиональной деятельности организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности	Знать о преимуществах команды, смягчать конфликтные ситуации психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности;
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.	Умения: описывать значимость своей специальности; применять стандарты антикоррупционного поведения	Знать: сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по специальности; стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения

<p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p>	<p>Умение: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности</p>	<p>основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для данной специальности; правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности</p>
<p>ЛР 9. Сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;</p>		
<p>ЛР 10. Потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;</p>		
<p>ЛР 11. Активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью.</p>		

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины, виды учебной работы и промежуточной аттестации

Вид учебной работы	для ОФО	для ОЗФО	для ЗФО
Объем дисциплины в академических часах	180	-	-
Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего), в том числе:	178	-	-
- занятия лекционного типа, в том числе: - практическая подготовка (если предусмотрена)	-	-	-
- занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные занятия), в том числе: - практическая подготовка (если предусмотрена)	178	-	-
- в ходе подготовки и защиты курсовой работы	-	-	-
- консультация	-	-	-
- промежуточная аттестация по дисциплине	-	-	-
Самостоятельная работа обучающихся	2	-	-
Форма промежуточной аттестации обучающегося (зачет/экзамен), семестр (ы)	Зачет в 3,4,5,6,7 семестре, дифференцированный зачет в 8 семестре	-	-

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины «Физическая культура»

1	2	3			4
		ОФО	ОЗФО	ЗФО	
РАЗДЕЛ 1. Легкая атлетика	3 семестр				
Тема 1.1. Техника бега на средние дистанции.	Техника бега на средние и длинные дистанции. Старт и стартовый разбег. Техника высокого старта, стартовый разбег, первые шаги, положение тела. Бег по дистанции: положение туловища, работа рук и ног. Финиширование: финишный бросок или спурт. Особенности пробегания виражей, Бег на дистанции 800м. 100м.,3000м. Тактика бега на средние и длинные дистанции	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Изучение правил соревнований по легкой атлетике. Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: оздоровительный бег до 2км., занятия в секциях	2	-	-	
Тема 1.2. Техника бега на короткие дистанции	Техника бега на короткие дистанции: положение бегуна по команде» на старт», «внимание», «марш». Стартовый разгон: стартовый разбег, первые шаги, положение тела. Бег по дистанции: положение туловища, рук, ног. Финиширование, финишный бросок. Отличие техники бега на различных дистанциях. Особенности техники бега по виражу на дистанции 200,400м. Тактика бега.	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Бег на коротких отрезках	-	-	-	

	Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: изучение дополнительной литературы по разделу легкая атлетика, занятия в спортивных секциях.				
Тема 1.3. Техника толкания ядра	Техника выполнения толкания ядра. Держание снаряда. Подготовительная фаза к разбегу: замах и группировка. Финальное усилие: вылет снаряда, отрыв ядра, работа туловища. Фаза торможения: сохранение равновесия, перескок, работа туловища, рук, ног. Техника толкания ядра со скачка.	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа составление и проведение с группой ОРУ Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение дополнительной литературы по разделу программ, занятия в спортивных секциях	-	-	-	
Тема 1.4. Техника прыжка в длину с разбега	Техника выполнения прыжка в длину с разбега: Разбег: начало разбега, набор скорости разбега, подготовка к отталкиванию. Отталкивание: постановка ноги на место отталкивания, фаза амортизации. Полет: взлет, полетная фаза, положение тела. Приземление: подготовка к приземлению. Техника прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа составление комплекса упражнений по методу круговой тренировки. Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение специальных упражнений прыгуна, занятия в спортивных секциях и клубах	-	-	-	
Тема 1.5. Техника передачи эстафетной	Техника передачи эстафетной палочки на высокой и максимальной скорости в 20м. зоне. Техника передачи. на дистанции 4×200м.	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа доклад история развития легкой атлетике в нашей стране Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание изучение правил соревнований по легкой атлетике, занятия в спортивных секциях	-	-	-	
РАЗДЕЛ 2. Спортивная гимнастика					
Тема 2.1. Техника выполнения акробатических элементов	Методика обучения акробатических упражнений - выполнение акробатических упражнений в объеме программы, отработка и совершенствование акробатической связки. Группировки, перекаты,	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11

	кувырок вперед, кувырок в сторону, стойка на лопатках. Соединение изученных элементов в комбинацию				
	Самостоятельная работа Сгибание и разгибание рук в упоре лежа Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: занятия в спортивных клубах	-	-	-	
Тема 2.2. Техника выполнения опорного прыжка	Опорные прыжки через козла способом «ноги врозь» и «согнув ноги». Опорный прыжок через коня в длину способом» ноги врозь» Прыжок ноги врозь через коня в ширину Комбинированные прыжки.	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Поднимание туловища из поднимания лежа Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: занятия в спортивных клубах, участие в соревнованиях	-	-	-	
Тема 2.3. Техника выполнения акробатических упражнений в парах.	Кувырки, стойка на руках, кувырок через препятствие, балансовые упражнения, поддержки	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Составление акробатической комбинации из изученных упражнений Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: подтягивание на перекладине, занятия в спортивных секциях	-	-	-	
Итого за 3 семестр		32час.	-	-	
Промежуточная аттестация	Зачёт- 3 семестр		-	-	
РАЗДЕЛ 3. Баскетбол	4 семестр				
Тема 3.1. Техника нападения в баскетболе	Ловля мяча. Остановка с ловлей мяча. Ловля мяча в движении Передача мяча одной рукой сбоку, двумя снизу, под рукой. Ведение мяча со зрительным контролем, без контроля. Бросок двумя руками от груди, от головы, от плеча, одной рукой сверху в движении после вышагивания, после ведения мяча, бросок в прыжке.	5	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Изучение основных правил по баскетболу Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение правил соревнований по баскетболу, занятия в спортивных клубах	-	-	-	
Тема 3.2. Техника защиты в баскетболе	Игровые приемы защиты. Стойки и передвижения защитника. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Перехват мяча. Накрывание и отбивание мяча при броске. Взятие отскока	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11

	<p>Самостоятельная работа Составление комбинации из изученных элементов техники владения мячом Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: участие в соревнованиях по баскетболу</p>	-	-	-	
Тема 3.3. Тактика нападения в баскетболе	Индивидуальные тактические действия. Действия игрока без мяча, с мячом. Групповые тактические действия. Взаимодействие двух игроков, трех игроков. Командные тактические действия: стремительное нападение, позиционное нападение. Разновидности нападения	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	<p>Самостоятельная работа: выполнение судейства учебной игры Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: совершенствование элементов игры в баскетболе через секционные и самостоятельные занятия</p>	-	-	-	
Тема 3.4. Тактика защиты в баскетболе	Индивидуальные тактические действия. Действия против нападающего без мяча. Действия против нападающего, владеющего мячом. Групповые и командные действия	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	<p>Самостоятельная работа: контрольная работа по теме: основные правила игры по баскетболу Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: совершенствование элементов игры в баскетболе через секционные и самостоятельные занятия</p>	-	-	-	
РАЗДЕЛ 4. Волейбол					
Тема 4.1. Техника владения мячом	Поддачи: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Передачи: двумя руками сверху, двумя руками снизу, двумя руками сверху в прыжке. Одной рукой сверху	5	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	<p>Самостоятельная работа: Изучение основных правил по волейболу Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение правил соревнований по волейболу, занятия в спортивных клубах</p>	-	-	-	
Тема 4.2. Техника нападения и защиты	Прямой нападающий удар. Прием мяча двумя руками снизу, двумя руками сверху, одной рукой снизу и в падении. Блокирование	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	<p>Самостоятельная работа Составление комбинации из изученных элементов техники владения мячом</p>	-	-	-	

	Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: участие в соревнованиях по волейболу				
Тема 4.3. Тактика нападения	Индивидуальные тактические действия. Групповые и командные действия в волейболе. Система нападения со второй передачи игрока передней линии; система нападения со второй передачи и др.	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Выполнение судейства учебной игры Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: совершенствование элементов игры в волейболе через секционные и самостоятельные занятия	-	-	-	
Тема 4.4. Тактика защиты	Групповые тактические взаимодействия при групповом блокировании. Командные взаимодействия в защите. Индивидуальные действия защитника. Система игры углом вперед, углом назад	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа контрольная работа по теме: основные правила соревнований по волейболу Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: совершенствование элементов игры в волейболе через секционные и самостоятельные занятия	-	-	-	
РАЗДЕЛ 5. Кроссовая подготовка					
Тема 5.1. Техника кроссового бега	Бег по пересеченной местности с преодолением естественных препятствий. Преодоление подъемов, пологих спусков. Особенности кроссового бега. Пробегание наиболее трудных участков трассы	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Развитие выносливости посредством длительного бега. Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: оздоровительный бег до 3 км., занятия в спортивных клубах	-	-	-	
Тема 5.2. Техника и тактика кроссового бега	Равномерный длительный бег до 3км. Переменный бег слабой, средней и высокой интенсивности Одноразовые пробегания соревновательной дистанции Техника бега: старт, стартовое ускорение бег, финиширование	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Подготовка к контрольной работе Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: Оздоровительный бег до 3 км., занятия в спортивных клубах.	-	-	-	
Итого за 4 семестр		42час.	-	-	
Промежуточная аттестация		Зачёт- 4 семестр	-	-	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, ак.ч/ в том числе в форме практической подготовки, ак.ч.			Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3			4
		ОФО	ОЗФО	ЗФО	
РАЗДЕЛ 6. Легкая атлетика	5 семестр				
Тема 6.1. Техника бега на средние дистанции.	Техника бега на средние и длинные дистанции. Старт и стартовый разбег. Техника высокого старта, стартовый разбег, первые шаги, положение тела. Бег по дистанции: положение туловища, работа рук и ног. Финиширование: финишный бросок или спурт. Особенности пробегания виражей, Бег на дистанции 800м. 100м.,3000м. Тактика бега на средние и длинные дистанции	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Изучение правил соревнований по легкой атлетике. Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: оздоровительный бег до 2км., занятия в секциях	-	-	-	
Тема 6.2. Техника бега на короткие дистанции	Техника бега на короткие дистанции: положение бегуна по команде» на старт», «внимание», «марш». Стартовый разгон: стартовый разбег, первые шаги, положение тела. Бег по дистанции: положение туловища, рук, ног. Финиширование, финишный бросок. Отличие техники бега на различных дистанциях. Особенности техники бега по виражу на дистанции 200,400м. Тактика бега.	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Бег на коротких отрезках	-	-	-	

	Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: изучение дополнительной литературы по разделу легкая атлетика, занятия в спортивных секциях.				
Тема 6.3. Техника толкания ядра	Техника выполнения толкания ядра. Держание снаряда. Подготовительная фаза к разбегу: замах и группировка. Финальное усилие: вылет снаряда, отрыв ядра, работа туловища. Фаза торможения: сохранение равновесия, перескок, работа туловища, рук, ног. Техника толкания ядра со скачка.	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа составление и проведение с группой ОРУ Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение дополнительной литературы по разделу программ, занятия в спортивных секциях	-	-	-	
Тема 6.4. Техника прыжка в длину с разбега	Техника выполнения прыжка в длину с разбега: Разбег: начало разбега, набор скорости разбега, подготовка к отталкиванию. Отталкивание: постановка ноги на место отталкивания, фаза амортизации. Полет: взлет, полетная фаза, положение тела. Приземление: подготовка к приземлению. Техника прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа составление комплекса упражнений по методу круговой тренировки. Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение специальных упражнений прыгуна, занятия в спортивных секциях и клубах	-	-	-	
Тема 6.5. Техника передачи эстафетной	Техника передачи эстафетной палочки на высокой и максимальной скорости в 20м. зоне. Техника передачи. на дистанции 4×200м.	3	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа доклад история развития легкой атлетике в нашей стране Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание изучение правил соревнований по легкой атлетике, занятия в спортивных секциях	-	-	-	
РАЗДЕЛ 7. Спортивная гимнастика					
Тема 7.1. Техника выполнения акробатических элементов	Методика обучения акробатических упражнений - выполнение акробатических упражнений в объеме программы, отработка и совершенствование акробатической связки. Группировки, перекаты,	3	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11

	кувырок вперед, кувырок в сторону, стойка на лопатках. Соединение изученных элементов в комбинацию				
	Самостоятельная работа Сгибание и разгибание рук в упоре лежа Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: занятия в спортивных клубах	-	-	-	
Тема 7.2. Техника выполнения опорного прыжка	Опорные прыжки через козла способом «ноги врозь» и «согнув ноги». Опорный прыжок через коня в длину способом» ноги врозь» Прыжок ноги врозь через коня в ширину Комбинированные прыжки.	3	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Поднимание туловища из поднимания лежа Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: занятия в спортивных клубах, участие в соревнованиях	-	-	-	
Тема 7.3. Техника выполнения акробатических упражнений в парах.	Кувырки, стойка на руках, кувырок через препятствие, балансовые упражнения, поддержки	3	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Составление акробатической комбинации из изученных упражнений Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: подтягивание на перекладине, занятия в спортивных секциях	-	-	-	
Итого за 5 семестр		28час.	-	-	
Промежуточная аттестация	Зачёт- 5 семестр		-	-	
РАЗДЕЛ 8. Баскетбол	6 семестр				
Тема 8.1. Техника нападения в баскетболе	Ловля мяча. Остановка с ловлей мяча. Ловля мяча в движении Передача мяча одной рукой сбоку, двумя снизу, под рукой. Ведение мяча со зрительным контролем, без контроля. Бросок двумя руками от груди, от головы, от плеча, одной рукой сверху в движении после вышагивания, после ведения мяча, бросок в прыжке.	5	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Изучение основных правил по баскетболу Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение правил соревнований по баскетболу, занятия в спортивных клубах	-	-	-	
Тема 8.2. Техника защиты в баскетболе	Игровые приемы защиты. Стойки и передвижения защитника. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Перехват мяча. Накрывание и отбивание мяча при броске. Взятие отскока	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа	-	-	-	

	Составление комбинации из изученных элементов техники владения мячом Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: участие в соревнованиях по баскетболу				
Тема 8.3. Тактика нападения в баскетболе	Индивидуальные тактические действия. Действия игрока без мяча, с мячом. Групповые тактические действия. Взаимодействие двух игроков, трех игроков. Командные тактические действия: стремительное нападение, позиционное нападение. Разновидности нападения	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа: выполнение судейства учебной игры Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: совершенствование элементов игры в баскетболе через секционные и самостоятельные занятия	-	-	-	
Тема 8.4. Тактика защиты в баскетболе	Индивидуальные тактические действия. Действия против нападающего без мяча. Действия против нападающего, владеющего мячом. Групповые и командные действия	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа: контрольная работа по теме: основные правила игры по баскетболу Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: совершенствование элементов игры в баскетболе через секционные и самостоятельные занятия	-	-	-	
РАЗДЕЛ 9. Волейбол					
Тема 9.1. Техника владения мячом	Поддачи: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Передачи: двумя руками сверху, двумя руками снизу, двумя руками сверху в прыжке. Одной рукой сверху	5	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа: Изучение основных правил по волейболу Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение правил соревнований по волейболу, занятия в спортивных клубах	-	-	-	
Тема 9.2. Техника нападения и защиты	Прямой нападающий удар. Прием мяча двумя руками снизу, двумя руками сверху, одной рукой снизу и в падении. Блокирование	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Составление комбинации из изученных элементов техники владения мячом	-	-	-	

	Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: участие в соревнованиях по волейболу				
Тема 9.3. Тактика нападения	Индивидуальные тактические действия. Групповые и командные действия в волейболе. Система нападения со второй передачи игрока передней линии; система нападения со второй передачи и др.	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Выполнение судейства учебной игры Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: совершенствование элементов игры в волейболе через секционные и самостоятельные занятия	-	-	-	
Тема 9.4. Тактика защиты	Групповые тактические взаимодействия при групповом блокировании. Командные взаимодействия в защите. Индивидуальные действия защитника. Система игры углом вперед, углом назад	4	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа контрольная работа по теме: основные правила соревнований по волейболу Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: совершенствование элементов игры в волейболе через секционные и самостоятельные занятия	-	-	-	
Итого за 6 семестр		34час.	-	-	
Промежуточная аттестация	Зачёт- 6 семестр	.	-	-	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, ак.ч/ в том числе в форме практической подготовки, ак.ч.	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4

		ОФО	ОЗФО	ЗФО	
РАЗДЕЛ 10. Легкая атлетика	7 семестр				
Тема 10.1. Техника бега на средние дистанции.	Техника бега на средние и длинные дистанции. Старт и стартовый разбег. Техника высокого старта, стартовый разбег, первые шаги, положение тела. Бег по дистанции: положение туловища, работа рук и ног. Финиширование: финишный бросок или спурт. Особенности пробегания виражей, Бег на дистанции 800м. 100м.,3000м. Тактика бега на средние и длинные дистанции	3	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Изучение правил соревнований по легкой атлетике. Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: оздоровительный бег до 2км., занятия в секциях	-	-	-	
Тема 10.2. Техника бега на короткие дистанции	Техника бега на короткие дистанции: положение бегуна по команде» на старт», «внимание», «марш». Стартовый разгон: стартовый разбег, первые шаги, положение тела. Бег по дистанции: положение туловища, рук, ног. Финиширование, финишный бросок. Отличие техники бега на различных дистанциях. Особенности техники бега по виражу на дистанции 200,400м. Тактика бега.	3	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Бег на коротких отрезках Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: изучение дополнительной литературы по разделу легкая атлетика, занятия в спортивных секциях.	-	-	-	
Тема 10.3. Техника толкания ядра	Техника выполнения толкания ядра. Держание снаряда. Подготовительная фаза к разбегу: замах и группировка. Финальное усилие: вылет снаряда, отрыв ядра, работа туловища. Фаза торможения: сохранение равновесия, перескок, работа туловища, рук, ног. Техника толкания ядра со скачка.	3	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа составление и проведение с группой ОРУ Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение дополнительной литературы по разделу программ, занятия в спортивных секциях	-	-	-	
Тема 10.4. Техника прыжка в длину с разбега	Техника выполнения прыжка в длину с разбега: Разбег: начало разбега, набор скорости разбега, подготовка к отталкиванию. Отталкивание: постановка ноги на место отталкивания, фаза амортизации. Полет: взлет,	3	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11

	полетная фаза, положение тела. Приземление: подготовка к приземлению. Техника прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».				
	Самостоятельная работа составление комплекса упражнений по методу круговой тренировки. Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение специальных упражнений прыгуна, занятия в спортивных секциях и клубах	-	-	-	
Тема 10.5. Техника передачи эстафетной	Техника передачи эстафетной палочки на высокой и максимальной скорости в 20м. зоне. Техника передачи. на дистанции 4×200м.	2	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа доклад история развития легкой атлетике в нашей стране Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание изучение правил соревнований по легкой атлетике, занятия в спортивных секциях	-	-	-	
РАЗДЕЛ 11. Спортивная гимнастика					
Тема 11.1. Техника выполнения акробатических элементов	Методика обучения акробатических упражнений - выполнение акробатических упражнений в объеме программы, отработка и совершенствование акробатической связки. Группировки, перекаты, кувырок вперед, кувырок в сторону, стойка на лопатках. Соединение изученных элементов в комбинацию	2	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Сгибание и разгибание рук в упоре лежа Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: занятия в спортивных клубах	-	-	-	
Тема 11.2. Техника выполнения опорного прыжка	Опорные прыжки через козла способом «ноги врозь» и «согнув ноги». Опорный прыжок через коня в длину способом «ноги врозь» Прыжок ноги врозь через коня в ширину Комбинированные прыжки.	2	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Поднимание туловища из поднимания лежа Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: занятия в спортивных клубах, участие в соревнованиях	-	-	-	
Тема 11.3. Техника выполнения акробатических упражнений в парах.	Кувырки, стойка на руках, кувырок через препятствие, балансовые упражнения, поддержки	2	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11

	Самостоятельная работа Составление акробатической комбинации из изученных упражнений Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: подтягивание на перекладине, занятия в спортивных секциях	-	-	-	
Итого за 7 семестр		20час.	-	-	
Промежуточная аттестация	Зачёт- 7 семестр		-	-	
РАЗДЕЛ 12. Волейбол	8 семестр				
Тема 12.1. Техника владения мячом	Поддачи: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Передачи: двумя руками сверху, двумя руками снизу, двумя руками сверху в прыжке. Одной рукой сверху	6	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа: Изучение основных правил по волейболу Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение правил соревнований по волейболу, занятия в спортивных клубах	-	-	-	
Тема 12.2. Техника нападения и защиты	Прямой нападающий удар. Прием мяча двумя руками снизу, двумя руками сверху, одной рукой снизу и в падении. Блокирование	6	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Составление комбинации из изученных элементов техники владения мячом Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: участие в соревнованиях по волейболу	-	-	-	
Тема 12.3. Тактика нападения	Индивидуальные тактические действия. Групповые и командные действия в волейболе. Система нападения со второй передачи игрока передней линии; система нападения со второй передачи и др.	5	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа Выполнение судейства учебной игры Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: совершенствование элементов игры в волейболе через секционные и самостоятельные занятия	-	-	-	
Тема 12.4. Тактика защиты	Групповые тактические взаимодействия при групповом блокировании. Командные взаимодействия в защите. Индивидуальные действия защитника. Система игры углом вперед, углом назад	5	-	-	ОК-04; ОК-06; ОК-08; ЛР-9; ЛР-10; ЛР-11
	Самостоятельная работа контрольная работа по теме: основные правила соревнований по волейболу	-	-	-	

	Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: совершенствование элементов игры в волейболе через секционные и самостоятельные занятия				
Итого за 8 семестр		<i>22час.</i>	-	-	
Промежуточная аттестация	Дифференцированный зачёт- 8 семестр		-	-	
Всего:		<i>178 час. 2сам.</i>	-	-	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебного предмета требует наличия спортивного комплекса:

Спортивный зал: стенка гимнастическая, гимнастические скамейки, гимнастические снаряды: (гимнастический козел, гимнастический конь, перекладина), гимнастические маты, палки гимнастические, штанга, гири 16, 24, 32 кг., гантели (разные), мячи набивные, коврики гимнастические, весы напольные, скакалки, обручи, бадминтон, секундомеры, мячи баскетбольные, мячи волейбольные, мячи футбольные, плакаты.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий: перекладина уличная, рукоход уличный, полоса препятствий, ворота для мини- футбола, барьеры для бега, флажки, палочки эстафетные, ядра, открытые спортивные площадки для волейбола, стрелковый тир.

Технические средства обучения: секундомеры, музыкальный центр.

3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины

Основная литература:

1. Быченков, С. В. Теория и методика подготовки студентов по легкой атлетике: учебное пособие для СПО / С. В. Быченков, С. Ю. Крыжановский. — Саратов: Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 110 с. — ISBN 978-5-4488-0298-0, 978-5-4497-0173-2. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/85501>.

2. Фетисова, С. Л. Волейбол: учебное пособие / С. Л. Фетисова, А. М. Фокин, Ю. Я. Лобанов. — Санкт-Петербург: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2018. — 96 с. — ISBN 978-5-8064-2572-1. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/98592>.

3. Ерёмкина, Л. В. Спортивные игры в вузе. Волейбол: учебно-методическое пособие / Л. В. Ерёмкина. — Челябинск: Челябинский государственный институт культуры, 2018. — 88 с. — ISBN 978-5-94839-660-6. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/87205>.

Дополнительная литература:

1. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. – М., 2020. – 231с.
2. Решетников Н.В., Кислицын Ю. Л., Палтиевич Р. Л., Погадаев Г.И. Физическая культура: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. – М., 2021. – 356с.
3. Сайганова Е.Г., Дудов В.А. Физическая культура. Самостоятельная работа: учеб. пособие. – М., 2020. – 231с.
4. Алхасов, Д. С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам: учебник для среднего профессионального образования/ Д. С. Алхасов, С. Н. Амелин. – Москва: Издательство Юрайт, 2019. – 270 с.
5. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова; под общей редакцией Г. Н. Германова. – Москва – М., 2020. – 356с.
6. Литвинов А. А., Козлов А. В., Ивченко Е. В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание. – М., 2020. – 245с.
7. Манжелей И. В. Инновации в физическом воспитании: учеб. пособие. –Тюмень, 2019. – 356с.
8. Миронова Т. И. Реабилитация социально-психологического здоровья детско- молодежных групп. – Кострома, 2021. – 521с.

Программное обеспечение и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

Лицензионное программное обеспечение

Наименование программного обеспечения	Назначение
Adobe Reader	Программа для просмотра электронных документов
Платформа дистанционного обучения LMS Moodle	Виртуальная обучающая среда
Mozilla FireFox	Браузер
Microsoft Office 2013, Microsoft Office Project 2013, Microsoft Office Visio 2013	Пакет офисных программ
7-zip	Архиватор
Microsoft Windows 7 Professional	Операционная система
Kaspersky Endpoint Security	Средство антивирусной защиты
Google Chrome	Браузер
Far Manager	Файловый менеджер
Notepad++	Текстовый редактор
OpenOffice	Пакет офисных программ
Opera	Браузер

Современные профессиональные базы данных и информационные ресурсы сети Интернет

1. Электронный каталог Научной библиотеки АГУ на базе MARK SQL НПО «Информ-систем». <https://library.asu.edu.ru>.

2. Электронный каталог «Научные журналы АГУ»: <http://journal.asu.edu.ru>.

3. Универсальная справочно-информационная полнотекстовая база данных периодических изданий ООО "ИВИС". <http://dlib.eastview.com>. Имя пользователя: AstrGU. Пароль: AstrGU.

4. Электронная библиотечная система (ЭБС) ООО «Политехресурс» «Консультант студента» [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru>

5. Корпоративный проект Ассоциации региональных библиотечных консорциумов (АРБИКОН) «Межрегиональная аналитическая роспись статей» (МАРС) - сводная база данных, содержащая полную аналитическую роспись 1800 названий журналов по разным отраслям знаний. Участники проекта предоставляют друг другу электронные копии отсканированных статей из книг, сборников, журналов, содержащихся в фондах их библиотек. <http://mars.arbicon.ru>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки результатов обучения	Методы оценки результатов обучения
Перечень умений, осваиваемых в рамках учебной дисциплины:		
- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	Умение использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей Владение знаниями по определению влияния оздоровительных систем	Наблюдение за применением физкультурно-оздоровительной работы на практических занятиях, соревнованиях; Контрольные упражнения
Перечень знаний, осваиваемых в рамках учебной дисциплины:		
о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни	Формирование представления о здоровье как ценности, мотивация на ведение здорового образа жизни	Письменный опрос Реферативная работа

При необходимости рабочая программа учебной дисциплины может быть адаптирована для обеспечения образовательного процесса инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, в том числе для дистанционного обучения. Для этого требуется заявление студента (его законного представителя) и заключение психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК).

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ

в рабочей программе учебной дисциплины «Физическая культура»

по направлению подготовки 36.02.01 Ветеринария

на 2025/2026 учебный год

- 1.
- 1.1.;
- 1.2.;
- ...
- 1.9.

- 2.:
- 2.1.;
- 2.2.;
- ...
- 2.9.

3. В _____ вносятся следующие изменения:
(элемент рабочей программы)

- 3.1.;
- 3.2.;
- ...
- 3.9.

Составитель

_____ *подпись*

/В.Н. Писарева/