

## **Аннотация рабочей программы дисциплины ОУП.06 Физическая культура**

Учебный предмет Физическая культура направлен на укрепление здоровья, повышение физического потенциала, работоспособности обучающихся, формирование у них жизненных, социальных и профессиональных мотиваций.

Программа учебного предмета ОУП.06 Физическая культура разработана для изучения физической культуры при подготовке специалистов среднего звена по специальности 36.02.01 Ветеринария объеме 207 часов аудиторных занятий (в том числе 140 часов, отведены на проведение практических занятий, 8 теоретических, 59 самостоятельных)

### **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ:**

- формирование физической культуры личности будущего профессионала, вос требованного на современном рынке труда;
- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического вос питания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

### **СОДЕРЖАНИЕ.**

Основное содержание учебного предмета Физическая культура реализуется в процессе теоретических и практических занятий и представлено двумя разделами: теоретическая часть и практическая часть.

*Теоретическая часть* направлена на формирование у обучающихся мировоззренческой системы научно-практических основ физической культуры, осознание студентами значения здорового образа жизни, двигательной активности в профессиональном росте и адаптации к изменяющемуся рынку труда.

*Практическая часть* предусматривает организацию учебно-методических и учебно-тренировочных занятий.

1. Теоретическая часть
2. Ведение. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов ППО
3. Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья
4. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями
5. Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки
6. Психофизиологические основы учебного и производственного труда. Средства физической культуры в регулировании работоспособности
7. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста
8. Практическая часть
9. Учебно-методические занятия
10. Учебно-тренировочные занятия
11. Легкая атлетика. Кроссовая подготовка
12. Лыжная подготовка
13. Гимнастика
14. Спортивные игры
15. Волейбол
16. Баскетбол
17. Футбол
18. Плавание
19. Спортивная аэробика

### **ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

В процессе изучения дисциплины используются не только традиционные технологии, методы и формы обучения, но и инновационные технологии (портфолио - поиск и накопление информации, игровое обучение, обучение с элементами проблемного изложения), активные и интерактивные формы проведения занятий: презентация, решение ситуативных задач, тестирование.

