

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Полябин Сергей Владимирович
Должность: Ректор
Дата подписания: 21.12.2022 19:15:48
Уникальный программный ключ:
7e7751705ad67ae2d6295985e6e9170fe0ad024c

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Московская государственная академия ветеринарной медицины и биотехнологии –
МВА имени К.И. Скрябина»



Утверждаю
Проректор по учебной
работе, кандидат
ветеринарных наук
С.Ю. Пигина
« 30 » августа 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
СОО.01.05. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Специальность
36.02.01 Ветеринария

Уровень подготовки
Базовый

Среднее профессиональное образование

Москва, 2021

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ СОСТАВЛЕНА В СООТВЕТСТВИИ:

- требованиями федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (с изменениями и дополнениями)

- рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой специальностью или профессией среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259),

- примерной программы дисциплины СОО.01.05. Физическая культура для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (далее – ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования, протокол № 3 от «21» июля 2015г., регистрационный номер рецензии № 383 от «23» июля 2015г. ФГАУ «ФИРО»

ОРГАНИЗАЦИЯ-РАЗРАБОТЧИК:

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московская государственная академия ветеринарной медицины и биотехнологии – МВА имени К.И. Скрябина»

РАЗРАБОТЧИК:

- *доцент кафедры физического воспитания,
кандидат биологических наук*
- *ст. преподаватель кафедры физического
воспитания, кандидат сельскохозяйственных наук*

О.В. Антипов.

В.Е. Луцук

РЕЦЕНЗЕНТ:

- *заведующий кафедрой спортивных игр
и гимнастики МГОУ, кандидат педагогических
наук, доцент*

В.А. Иванов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА:

на заседании Учебно-методической комиссии кинологического колледжа

Протокол заседания от № 1 от « 30 » августа 20 21 г.

Председатель комиссии

подпись

М.А. Акиншина

СОГЛАСОВАНО:

Начальник УМУ

подпись

Г.В. Кондратов

Директор колледжа

подпись

Е.Н. Лиховидова

Специалист по учебно-методической работе

подпись

Т.М. Лисинова

Заведующий кафедрой физического воспитания

подпись

А.М. Сурков

Директор библиотеки

подпись

Н.А. Москвитина

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПЕРЕЧЕНЬ СОКРАЩЕНИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ТЕКСТЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ.....	5
2. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ.....	6
3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....	8
4. ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ.....	15
5. СОДЕРЖАНИЕ ПРОФИЛЬНОЙ СОСТАВЛЯЮЩЕЙ.....	18
6. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ.....	19
7. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....	20
ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ.....	21

1. ПЕРЕЧЕНЬ СОКРАЩЕНИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ТЕКСТЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1. СПО – среднее профессиональное образование
2. ФГОС СОО - федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования
1. ФГОС СПО – федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования
2. ООП СПО – основная образовательная программа среднего профессионального образования
3. ППССЗ – программа подготовки специалистов среднего звена
4. УП – учебный план
5. ПЗ – практическое занятие
6. ТЗ – теоретическое занятие

2. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Область применения рабочей программы

Общеобразовательная учебная дисциплина СОО.01.05. Физическая культура изучается в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Московская государственная академия ветеринарной медицины и биотехнологии – МВА имени К.И. Скрябина», реализующем образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке специалистов среднего звена (ППССЗ).

СОО.01.05. Физическая культура изучается как базовая учебная общеобразовательная дисциплина специальности СПО 36.02.01 Ветеринария естественно-научного профиля в объеме 117 часов.

Рабочая программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины СОО.01.05. Физическая культура, в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом Примерной основной образовательной программы среднего общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з) с учетом уточнений и дополнений, одобренных Научно-методическим советом Центра профессионального образования и систем квалификаций ФГАУ «ФИРО» (Протокол № 3 от 25 мая 2017г).

В рабочую программу включено содержание, направленное на формирование у обучающихся компетенций, необходимых для качественного освоения ООП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования; программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ).

Рабочая программа учебной дисциплины СОО.01.05. Физическая культура является основой для реализации образовательной программы среднего общего образования в пределах освоения ООП СПО на базе основного общего образования, уточнения содержания учебного материала, последовательности его изучения, распределения учебных часов, видов практических занятий, самостоятельных работ, учитывая специфику программы подготовки специалистов среднего звена 36.02.01 Ветеринария.

2.2 Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина СОО.01.05. Физическая культура входит в общеобразовательный цикл учебного плана ООП СПО по специальности 36.02.01 Ветеринария, реализуемой на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППССЗ).

Учебная дисциплина относится к предметной области ФГОС среднего общего образования общеобразовательных учебных дисциплин общей из обязательных предметных областей.

Уровень освоения учебной дисциплины в соответствии с ФГОС среднего общего образования базовый.

2.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

Содержание рабочей программы СОО.01.05. Физическая культура направлено на достижение следующих **целей:**

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

Освоение содержания учебной дисциплины СОО.01.05. Физическая культура, обеспечивает достижение обучающимися следующих **результатов:**

- **личностных:**

- осознающий себя гражданином и защитником великой страны
 - соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.
 - сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях
 - заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой
 - 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 профессии (специальности)
- **предметных:**
 - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека.

2.4. Количество часов на освоение рабочей программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 117 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 117 часа в том числе в форме практической подготовки 117 часов;
- внеаудиторной самостоятельной работы обучающегося 0 часов.

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Максимальная нагрузка (всего)	117
<i>В том числе в форме практической подготовки</i>	117
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	117
Из них:	
теоретические занятия	2
лабораторные занятия	0
практические занятия	115
Промежуточная аттестация	0
Консультации	0
Промежуточная аттестация в форме зачета (1 семестр) дифференцированного зачета (2 семестр)	

3.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

СОО.01.05. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия	Объем часов	В том числе в форме практической подготовки	Уровень освоения
1	2	3	4	5
Раздел 1. Введение в предмет		2	2	
Тема 1.1. Вводное занятие	<i>Лекционное занятие № 1: «Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО»</i>	2		1
Раздел 2. Легкая атлетика		16	16	
Тема 2.1 Бег на короткие дистанции (спринт)	Практические занятия: <i>Практическое занятие № 1: Обучение техники «низкого старта».</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 2: Стартовый разгон, финиширование, бег на 60 м.</i>	2	2	2
Тема 2.2 Бег на средние дистанции	Практические занятия: <i>Практическое занятие № 1: Обучение техники «высокого старта».</i> <i>Пробегание отрезков по повороту.</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 2: Пробегание отрезков 200-300-400 м.</i>	2	2	2
Тема 2.3. Скоростно-силовая подготовка	Практические занятия: <i>Практическое занятие № 1: Прыжковые упражнения</i>	4	4	2

Тема 2.4. Кроссовая подготовка.	Практические занятия: <i>Практическое занятие № 1: Ознакомление с техникой бега. Бег по пересеченной местности</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 2: Бег в «гору». Бег с «горы».</i>	2	2	2
Раздел 3. Гимнастика		30	30	
Тема 3.1. Строевые упражнения.	Практические занятия: <i>Практическое занятие № 1: .Строевые упражнения</i>	2	2	2
	Тема 3.2. Общеразвивающие упражнения.	Практические занятия: <i>Практическое занятие № 1: Упражнения для развития гибкости</i>	2	2
	<i>Практическое занятие № 2: Упражнения с использованием гимнастических снарядов и тренажеров.</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 3: Общеразвивающие упражнения для коррекции осанки</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 4: Упражнения для развития силы</i>	2	2	2
Тема 3.3. Прикладные упражнения	Практические занятия: <i>Практическое занятие № 1: Упражнения в равновесии. Лазание по канату</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 2: Кувырки «вперед», «назад», «длинный кувырок». Перекаты</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 3: Упражнения с танцевальными элементами</i> <i>Эстафеты с гимнастическими элементами</i>	2	2	2
Тема 3.4. Атлетическая гимнастика	Практические занятия: <i>Практическое занятие № 1: Упражнения с отягощением для развития силы рук</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 2: Упражнения с отягощением для развития силы шеи</i>	2	2	2

	Практическое занятие № 3: Упражнения с отягощением для развития силы туловища.	2	2	2
	Практическое занятие № 4: Упражнения с отягощением для развития силы ног	2	2	2
	Практическое занятие № 5: Упражнения с эспандерами. Упражнения на блоковых тренажерах	2	2	2
Тема 3.5. Дыхательная гимнастика	Практические занятия: Практическое занятие № 1: Классические методы дыхания при выполнении движений	2	2	2
	Практическое занятие № 2: Дыхательная гимнастика Бутейко, Стрельниковой	2	2	2
Раздел 4. Подвижные игры		12	12	
Тема 4.1. «Эстафеты», «Веселые старты».	Практические занятия: Практическое занятие № 1: Подвижные игры: «Эстафеты».	2	2	2
	Практическое занятие № 2: Подвижные игры: «Веселые старты».	3	3	2
Тема 4.2. «Салки», «Третий лишний».	Практические занятия: Практическое занятие № 1: Подвижные игры: «Салки».	2	2	2
	Практическое занятие № 2: Подвижные игры: «Третий лишний».	2	2	2
Тема 4.3. «Вышибалы», «Лягушки».	Практические занятия: Практическое занятие № 1: Подвижные игры: «Вышибалы».	2	2	2
	Практическое занятие № 2: Подвижные игры: «Лягушки».	2	2	2
Раздел 5. Спортивные игры		48	48	
Тема 5.1. «Баскетбол»	Практические занятия: Практическое занятие № 1: Обучение основным правилам и понятиям в баскетболе.	2	2	2

	<i>Практическое занятие № 2. Обучение технике перемещения и ведения мяча. Двухсторонняя игра.</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 3: Обучение технике передачи и ловли мяча. Двухсторонняя игра.</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 4: Обучение технике броска мяча из-под кольца. Двухсторонняя игра.</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 5: Обучение технике ведения мяча с броском мяча в корзину с двойного шага. Двухсторонняя игра.</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 6: Обучение технике штрафного броска. Двухсторонняя игра.</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 7: Обучение технике броска «крюком». Двухсторонняя игра.</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие №8: Обучение основным правилам и понятиям в баскетболе 3х3. Двухсторонняя игра.</i>	2	2	2
Тема 5.2. «Волейбол»	Практические занятия:	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 1: Обучение основным правилам и понятиям в волейболе.</i>			
	<i>Практическое занятие № 2: Обучение технике стойки и перемещения по площадке. Двухсторонняя игра.</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 3: Обучение технике приема мяча снизу. Двухсторонняя игра.</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 4: Обучение технике приема мяча сверху. Двухсторонняя игра.</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 5: Обучение технике передачи мяча снизу. Двухсторонняя игра.</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 6: Обучение технике передачи мяча сверху.</i>	2	2	2

	<i>Двухсторонняя игра.</i>			
	<i>Практическое занятие № 7: Обучение технике ударов из-под сетки. Двухсторонняя игра.</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 8: Обучения технике подачи мяча. Двухсторонняя игра.</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 9: Обучение основным правилам и понятиям в пляжном волейболе. Двухсторонняя игра.</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 10: Совершенствование технических элементов на песке. Двухсторонняя игра.</i>	2	2	2
Тема 5.3. «Настольный теннис»	Практические занятия: <i>Практическое занятие № 1: Обучение технических элементов настольного тенниса. Двухсторонняя игра</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 2: Обучение технике подачи различными способами. Двухсторонняя игра</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 3: Обучение технике передачи мяча различными способами. Двухсторонняя игра</i>	4	4	2
	<i>Практическое занятие № 4: Обучение тактике игры «атакующего» и «против атакующего». Двухсторонняя игра.</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 5: Обучение игры в паре. Двухсторонняя игра.</i>	2	2	2
Раздел 6. Лыжная подготовка		8	8	
Тема 6.1. Ознакомление с техникой лыжных ходов. Обучение техники торможения.	Практические занятия: <i>Практическое занятие № 1: Обучение технике попеременного хода. Обучение технике одновременных ходов. Обучение технике торможения.</i>	2	2	2
Тема 6.2. Обучение технике поворотов на лыжах.	Практические занятия: <i>Практическое занятие № 1: Обучение технике поворотов влево и вправо в движении и с торможением.</i>	2	2	2

Тема 6.3. Обучение технике подъемов и спусков	Практические занятия: <i>Практическое занятие № 1: Обучение технике преодоления подъемов ходами: «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой».</i>	2	2	2
	<i>Практическое занятие № 2: Обучение технике спуска в основной стойке и стойке отдыха.</i>	2	2	2
ИТОГО		117	115	

4. ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Содержание обучения	Характеристика основных видов деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)
Раздел 1. Введение в предмет	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ознакомление со спортивной базой МГАВМиБ; 2. Инструктаж по технике безопасности на занятиях. 3. Роль физической культуры. 4. Основы самоконтроля. 5. Знание современного состояния физической культуры и спорта. 6. Умение обосновывать значение физической культуры для формирования личности профессионала, профилактики профзаболеваний. 7. Знание оздоровительных систем физического воспитания. 8. Владение информацией о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО).
Раздел 2. Легкая атлетика	<ul style="list-style-type: none"> - Обучение техники «низкого старта». - Стартовый разгон, финиширование, бег на 60 м. - Специальные беговые упражнения. - Эстафетный бег 4*100 м. - Бег по прямой с различной скоростью. - Контрольный бег. - Совершенствование техники бега с низкого старта. - Ознакомление с техникой бега. - Обучение техники «высокого старта». - Пробегание отрезков 200-300-400 м. Повторный бег. - Пробегание отрезков по повороту. - Контрольный бег. - Прыжковые упражнения. - Упражнения с отягощением. - Упражнения для мышц пресса, спины, ног. - Упражнения с набивными мячами. - Ознакомление с техникой бега. - Бег по наклонной местности. - Бег в «гору». - Бег с «горы». - Техника финиширования. - Контрольный бег.
Раздел 3. Гимнастика	<ul style="list-style-type: none"> - Построение. - Перепостроение. - Передвижение. - Размыкание. - Смыкание. - Упражнения для развития гибкости. - Упражнения с использованием гимнастических снарядов и тренажеров. - Упражнения для развития силы. - Упражнения для развития ловкости.

	<ul style="list-style-type: none"> - Общеразвивающие упражнения для коррекции осанки. - Упражнения с обручем. - Упражнения в паре с партнером. - Общеразвивающие упражнения. - Упражнения в равновесии. - Лазание по канату. - Кувырки «вперед», «назад», «длинный кувырок». - Перекаты. - Упражнения с танцевальными элементами. - Эстафеты с гимнастическими элементами. - Упражнения с отягощением для развития силы рук. - Упражнения с отягощением для развития силы шеи. - Упражнения с отягощением для развития силы туловища. - Упражнения с отягощением для развития силы ног. - Упражнения с эспандерами. - Упражнения на блоковых тренажерах. - Упражнения с отягощением - Упражнения с эспандерами. - Упражнения на блоковых тренажерах - Классические методы дыхания при выполнении движений. - Дыхательная гимнастика Бутейко, Стрельниковой. - Классические методы дыхательной гимнастики.
Раздел 4. Подвижные игры	<ul style="list-style-type: none"> - Развитие скоростно-силовых качеств. - Развитие координации и ловкости.- Развитие быстроты. - Развитие координации движений. - Развитие ловкости.- Развитие быстроты реакции и умение оценивать ситуацию. - Развитие ловкости. - Развитие координации движений.
Раздел 5. Спортивные игры	<ul style="list-style-type: none"> - Обучение основным правилам и понятиям в баскетболе. - Обучение технике перемещения и ведения мяча. - Обучение технике передачи и ловли мяча. - Обучение технике броска мяча из-под кольца - Обучение технике ведения мяча с броском мяча в корзину с двойного шага - Обучение технике штрафного броска. - Двухсторонняя игра в баскетбол. - Обучением основным правилам и понятиям в волейболе. - Обучение технике стойки и перемещения по площадке. - Обучение технике приема мяча снизу и сверху - Обучение технике передачи мяча снизу и сверху. - Обучение технике ударов из-под сетки. - Обучения технике подачи мяча. - Двухсторонняя игра в волейбол.- Ознакомление с правилами игры. - Ознакомление с правилами организации и проведения соревнований. - Обучение технических элементов настольного тенниса.

	<ul style="list-style-type: none"> - Обучение технике подачи и передачи мяча различными способами. - Обучение тактике игры «атакующего» и «против атакующего»
<p>Раздел 6. Лыжная подготовка</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ознакомление с лыжной базой. - Ознакомление с учебным кругом и дистанциями. - Ознакомление с техникой лыжных ходов. - Обучение технике торможения. - Обучение технике поворотов влево в движении. - Обучение технике поворотов вправо в движении. - Обучение технике поворотов влево с торможением. - Обучение технике поворотов вправо с торможением.- Обучение технике одновременный двухшажным ходом в подъемы. - Обучение технике преодоления подъемов скользящим, ступающим и беговым шагом. - Обучение технике преодоления подъемов ходами: «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой». - Обучение технике преодоления подъемов коньковыми ходами. - Обучение технике спуска в основной стойке и стойке отдыха. - Обучение технике спуска в низкой и высокой стойке.

5. СОДЕРЖАНИЕ ПРОФИЛЬНОЙ СОСТАВЛЯЮЩЕЙ

Профильная составляющая (направленность) освоения рабочей программы общеобразовательной дисциплины **СОО.01.05. Физическая культура:**

- для практических занятий на основании медицинских данных о состоянии здоровья, физического развития и подготовленности обучающиеся распределяют на основную групп и специальную медицинскую. Обучающиеся специальной медицинской группы занимаются по отдельному расписанию;

- допуск к организованным занятиям физической культурой и спортом осуществляется на основании медицинского освидетельствования с применением методов врачебного контроля;

- на основании положения о кафедре физического воспитания, положения о порядке проведения учебных занятий по физической культуре, в т.ч. для инвалидов и лиц с ОВЗ, обучающимся необходимо иметь сменную спортивную одежду и обувь, соблюдать правила техники безопасности

6. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины СОО. 01.04 Физическая культура требует наличия учебного кабинета.

Кафедра Физического воспитания

Игровой зал (баскетбольные щиты, ворот, баскетбольные мячи, медболы, волейбольные мячи, футбольные мячи, ракетки для бадминтона, воланчики, скакалки, гантели, гимнастические коврики, гимнастические палки, обручи, гимнастические резинки, гимнастические скамейки, волейбольные стойки и сетка, стойки для тенниса, судейская вышка, электронное табло, перекидное табло).

Малый тренировочный зал (Мягкое покрытие (татами), гимнастическая стенка, гимнастические скамейки, боксерский мешок, подвесные турник и брусья).

Тренажерный зал (Гимнастическая стенка, гири, гантели, грифы, блины, стойки, тренажеры, гимнастические коврики, медболы, скакалки, подвесные турник и брусья, обручи, стол для арм-спорта, пояса, гимнастические палки, боксерский мешок, зеркало).

Зал единоборств (Мягкое покрытие (татами), гири, борцовское чучело, гимнастическая стенка, боксерский мешок, гимнастические коврики, канат, стол, гимнастические скамейки, гимнастические палки, зеркало, подвесные турник и брусья).

Открытые спортивные сооружения для проведения практических занятий, самостоятельной работы, текущего контроля и промежуточной аттестации

Открытые спортивные сооружения (беговые дорожки, футбольное поле, мини-футбольное поле, малые спортивные площадки, площадка для пляжного футбола и волейбола, гимнастические перекладины и брусья, футбольные ворота, мини-футбольные ворота, волейбольные мячи, футбольные мячи, барьеры, разметочные маркеры, конусы, мячи резиновые)

Лыжная база, лесопарк (лыжные палки, лыжи, лыжные ботинки, лыжная смазка, стойки для хранения лыж) Реализация рабочей программы дисциплины требует наличия игрового зала, гимнастического зала, тренажерного зала, открытых спортивных сооружений, лыжной базы.

Оборудование: баскетбольные щиты, волейбольные стойки и сетка, мини-футбольные ворота, гимнастические скамейки, судейская вышка, электронное табло, перекидное табло, мягкое покрытие (татами), гимнастическая стенка, подвесные турник и брусья, беговые дорожки, футбольное поле, мини-футбольное поле, малые спортивные площадки, площадка для пляжного футбола и волейбола, гимнастические перекладины и брусья, футбольные ворота, мини-футбольные ворота, тренажеры, , стойки для хранения лыж.

Технические средства обучения: баскетбольные мячи, медболы, волейбольные мячи, футбольные мячи, мячи резиновые, ракетки для бадминтона, валанчики, скакалки, гантели, гимнастические коврики, гимнастические палки, обручи, гимнастические резинки, гири, гантели, барьеры, разметочные маркеры, конусы, лыжные палки, лыжи, лыжные ботинки, лыжная смазка.

6.2. Информационное обеспечение обучения

6.2.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Основная литература:

1. Виленский М.Я. Физическая культура : учебник / Виленский М.Я., Горшков А.Г. — Москва : КноРус, 2021. — 214 с. — ISBN 978-5-406-08169-3. — URL: <https://book.ru/book/939387> (дата обращения: 17.06.2021). — Текст : электронный.

2. Кузнецов В.С. Физическая культура : учебник / Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. — Москва : КноРус, 2021. — 256 с. — ISBN 978-5-406-08271-3. — URL: <https://book.ru/book/940094> (дата обращения: 17.06.2021). — Текст : электронный.

Дополнительная литература:

1. Бурякин Ф.Г. Лечебная физическая культура и массаж : учебник / Бурякин Ф.Г., Мартынихин В.С. — Москва : КноРус, 2021. — 280 с. — ISBN 978-5-406-03717-1. — URL: <https://book.ru/book/936616> (дата обращения: 17.06.2021). — Текст : электронный.

2. Кузнецов В.С. Физическая культура : учебник / Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. — Москва : КноРус, 2021. — 256 с. — ISBN 978-5-406-08271-3. — URL: <https://book.ru/book/940094> (дата обращения: 17.06.2021). — Текст : электронный.

6.2.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Электронно-библиотечная система «Book.ru» : сайт / ООО дательства «КноРус медиа». - Москва, 2010. - URL :<https://www.book.ru> (дата обращения : 30.08.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

2. Образовательный портал МГАВМиБ - МВА имени К.И. Скрябина. – URL : <https://portal.mgavm.ru/login/index.php>. – Москва, 2022. – © ФГБОУ ВО МГАВМиБ – МВА имени К. И. Скрябина. – Режим доступа: для авторизованных пользователей. – Текст : электронный.

7. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Личностные: - 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 профессии (специальности) способы реализации собственно развития.	-демонстрирует навыки владения, тактикой в спортивных играх; -владеет техниками выполнения двигательных действий; -выполняет тактико-технические действия в игре; выполняет требуемые элементы; -применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; -использует средства профилактики перенапряжения характерными для данной специальности при гидрологических обследованиях водных объектов	Оценка по результатам деятельности обучающегося на практическом занятии
Предметны: – роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;	- демонстрирует системные знания в области основ здорового образа жизни и роли физической культуры в гармоничном развитии личности человека; -владеет информацией о регулярных физических нагрузках в выбранной специальности и способах профилактики профзаболеваний	Контрольные упражнения, опрос, реферат

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
текущего контроля / промежуточной аттестации обучающихся
при освоении ООП СПО (ППССЗ)

СОО.01.05. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Специальность
36.02.01 Ветеринария

Уровень подготовки
Базовый

Среднее профессиональное образование

Москва, 2021

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Фонд оценочных средств (ФОС) предназначен для проверки результатов освоения дисциплины СОО.01.05. Физическая культура ООП СПО (ППССЗ) по специальности 36.02.01 Ветеринария.

ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения учебной дисциплины:

знания:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основ здорового образа жизни.

умения:

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

Вышеперечисленные умения и знания направлены на формирование у обучающихся следующих общих и профессиональных компетенций:

Таблица 1

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) учебной дисциплины	Форма текущего контроля
1.	Раздел 1. Легкая атлетика. Раздел 2. Гимнастика. Раздел 3. Подвижные игры. Раздел 4. Спортивные игры. Раздел 5. Лыжная подготовка	Практические занятия, устный опрос, контрольные задания (нормативы), реферат
Форма итоговой аттестации: зачет, дифференциальный зачет		

2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА (КОС) ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Текущий контроль проводится по темам занятий в виде, обеспечивая закрепление знаний по теоретическому материалу и получению практических навыков по использованию формируемых компетенций для решения задач профессиональной деятельности.

2.1. Типовые контрольные задания

2.1.1 Вопросы для устного опроса

1. Техника безопасности на занятии в тренажерной зале.
2. Техника безопасности на занятии в игровом зале.
3. Техника безопасности на занятии на открытых спортивных сооружениях.
4. Техника безопасности на занятии в малом тренировочном зале.
5. Основные методы самоконтроля (показатели и критерии оценки).
6. Самоконтроль в процессе занятий физической культурой.

7. Что такое здоровье.
8. Роль физической культуры в обеспечении здоровья.
9. Основы здорового образа жизни.
10. Профилактика вредных привычек.
11. Основы организации и проведения самостоятельных занятий.
12. Роль физической культуры в подготовке к жизнедеятельности.
13. Основные средства физической культуры.
14. Основные правила спортивных игр (по выбору).
15. Современное состояние физической культуры и спорта.
16. Значение физической культуры для формирования личности профессионала, профилактики профзаболеваний.
17. Оздоровительные системы физического воспитания.
18. Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (цели, задачи, нормативы).
19. Психофизиологические основы учебного и производственного труда.
20. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.
21. Оздоровительные и профилированные методы физического воспитания при занятиях различными видами двигательной активности.
22. Применение средств и методов физического воспитания для профилактики профессиональных заболеваний.
23. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста.

2.1.2. Контрольные упражнения (нормативы).

Контрольные упражнения (нормативы) для юношей

1. Бег 60 м (скоростные качества).
2. 6-минутный бег на расстояние (выносливость).
3. Прыжок в длину с места (скоростно-силовые качества).
4. Наклон вперед из положения стоя (гибкость).
5. Подтягивание на перекладине (сила).
6. Сгибания и разгибания рук (отжимания) в упоре лежа (сила).

Контрольные упражнения (нормативы) для девушек

1. Бег 60 м (скоростные качества).
2. 6-минутный бег на расстояние (выносливость).
3. Прыжок в длину с места (скоростно-силовые качества).
4. Наклон вперед из положения стоя (гибкость).
5. Сгибания и разгибания рук (отжимания) в упоре лежа с колен (сила).
6. Поднимание и опускание туловища из положения лежа (сила).

2.1.3. Темы рефератов для освобожденных по состоянию здоровья

1. Физическая культура: определение, результат деятельности в физической культуре, совокупность ценностей, представляющих физическую культуру.
2. Социально-биологические основы физической культуры.
3. Характеристика утомления и восстановления.
4. Определение здорового образа жизни и его составляющие.
5. Факторы, определяющие здоровый образ жизни.
6. Режим сна и отдыха.
7. Влияние окружающей среды на здоровье.
8. Методы и принципы закаливания.
9. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.

10. Гигиена самостоятельных занятий. Питание, питьевой режим, уход за кожей. Элементы закаливания.
11. Самоконтроль за физическим развитием и функциональным состоянием организма.
12. Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки.
13. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий.
14. Формы и содержание самостоятельных занятий.
15. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности.
16. Особенности самостоятельных занятий для девушек, планирование и управление самостоятельными занятиями.
17. Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности.
18. Гигиена самостоятельных занятий.
19. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий.
20. Значение и разновидности дыхательной гимнастики.
21. История, цели и задачи Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).
22. Определение понятия спорт. Его принципиальное отличие от других видов занятий физическими упражнениями.
23. Основы техники и правил соревнований по виду спорта (по выбору): футбол, волейбол, баскетбол и др.
24. Этимология и патогенез имеющегося заболевания.
25. Питание, образ и режим жизни при имеющемся заболевании.
26. Лечебная физическая культура при имеющемся заболевании.
27. Традиционные и нетрадиционные методы лечения имеющегося заболевания.
28. Организационные основы занятий различными оздоровительными системами.
29. Методические особенности применения физических упражнений для профилактики имеющегося заболевания.
30. Комплекс специальных лечебных упражнений для профилактики имеющегося заболевания.
31. Выбор специальных упражнений для укрепления здоровья, коррекции физического развития и телосложения.
32. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
33. Психофизиологические основы учебного и производственного труда.
34. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.

3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Для получения дифференцированного зачета по дисциплине «Физическая культура» необходимо знать вопросы из пункта 2.1.1., сдать необходимые контрольные упражнения (нормативы) из пункта 2.1.2., подготовить и защитить реферат (для освобожденных и лиц с ограниченным возможностями по здоровью) по темам, представленным в пункте 2.1.3.

4. КРИТЕРИИ ВЫСТАВЛЕНИЯ ОЦЕНОК

4.1. Критерии оценки опроса

Устный опрос студентов по пройденным темам позволяет оценить знания и умения студента излагать ответ на поставленный вопрос преподавателя, развивать мышление и речь, повышать уровень самоорганизации и самообразования.

Оценка	Критерии оценки
5	Высокий уровень понимания темы. Соответствие излагаемого материала поставленным вопросам. Владение профессиональной терминологией. Наличие в ответе всех необходимых теоретических фактов. Иллюстрация ответа правильно подобранными примерами.
4	Достаточный уровень понимания темы. Соответствие излагаемого материала поставленным вопросам. Неполное владение профессиональной терминологией. Наличие в ответе теоретических фактов. Иллюстрация ответа правильно подобранными примерами.
3	Удовлетворительный уровень понимания темы. Неполное соответствие излагаемого материала поставленным вопросам. Неполное владение профессиональной терминологией. Наличие в ответе незначительного количества теоретических фактов. Примеры для иллюстрации ответа не приведены.
2	Низкий уровень понимания темы. Несоответствие излагаемого материала поставленным вопросам. Нет владения профессиональной терминологией. Отсутствие в ответе теоретических фактов. Примеры для иллюстрации ответа не приведены.

4.2. Критерии оценки контрольных упражнений

Контрольное упражнение	Показатель		Оценка
	Юноши	Девушки	
Бег 60м, сек.	8.3 – 8.7	9.3 – 9.7	5
	8.8 – 9.2	9.8 – 10.2	4
	9.3 – 9.7	10.3 – 10.7	3
6-минутный бег на расстояние, м	1300 – 1400	1100 – 1200	5
	1200 – 1290	1000 – 1095	4
	1050 – 1190	900 – 990	3
Прыжок в длину с места, см	200 – 210	180 – 190	5
	190 – 199	170 – 179	4
	180 – 189	160 – 169	3
Наклон вперед из положения стоя, см	11 – 12	14 – 15	5
	9 – 10	11 – 13	4
	7 – 8	9 – 10	3
Подтягивание на перекладине для юношей, количество раз	7 – 8	9 – 10	5

Сгибания и разгибания рук (отжимания) в упоре лежа с колен, количество раз	5 – 6	7 – 8	4
	3 – 4	5 – 6	3
Сгибания и разгибания рук (отжимания) в упоре лежа для юношей, количество раз	20 – 25	35 – 40	5
	15 – 19	30 – 34	4
Поднимание и опускание туловища из положения лежа для девушек, количество раз	9 – 14	25 – 29	3

4.3. Требования к выполнению и критерии оценки реферата

Структура реферата должна соответствовать стандартным требованиям, предъявляемым к написанию реферата:

1. Титульный лист.
2. Содержание (с указанием страниц разделов и подразделов реферата);
3. Введение (обоснование выбора темы);
4. Основная часть (изложение темы);
5. Заключение;
6. Список используемой литературы;
7. Приложения (при необходимости).

На титульном листе указывается: название дисциплины, тема реферата, кто выполнил (ФИО, курс, группа), кто проверил (ФИО, должность, ученая степень, ученое звание), город и год.

Реферат является итогом творческого, индивидуального труда студента и должен соответствовать всем предъявляемым к нему требованиям – по оформлению и по содержанию. В процессе написания реферата необходимо:

- во введении – обосновать актуальность выбранной темы и четко сформулировать цель работы;
- в основной части – раскрыть содержание выбранной темы, подать материал с учетом современного уровня знаний в области физической культуры;
- в заключении – подвести итоги проделанной работы, сделать надлежащие выводы;
- в списке литературы – указать наиболее современные источники информации;
- в приложении – привести рисунки, таблицы, диаграммы и др., являющиеся неотъемлемой частью работы.

Объем реферата – 10-15 страниц машинописного текста, выровненного по ширине в редакторе Times New Roman, через 1,5 интервал, 14 шрифтом.

Список литературы оформляется в соответствии с ГОСТ 7.1-2003. При написании реферата необходимо использование свежих литературных источников (за последние несколько лет) по проблеме.

Критерии оценки реферата

Оценка за реферат	Критерии оценки			
	Степень раскрытия сущности проблемы	Обоснованность выбора источников	Соблюдение требований к оформлению	Грамотность
5	- соответствие	- круг, полнота	- соблюдение	отсутствие

	<p>содержания теме и плану реферата;</p> <ul style="list-style-type: none"> - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы 	<p>использования литературных источников последних лет по проблеме.</p>	<p>требований к оформлению и объему реферата;</p> <ul style="list-style-type: none"> - правильное оформление ссылок на используемую литературу. 	<p>орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей;</p>
4	<ul style="list-style-type: none"> - соответствие содержания теме и плану реферата; - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; - не совсем точное обобщение и аргументация основных положений и выводов. 	<ul style="list-style-type: none"> - в основе использование литературных источников последних лет по проблеме; - присутствие одного или нескольких устаревших источников. 	<ul style="list-style-type: none"> - присутствуют незначительные ошибки при оформлении реферата, объем соблюден; - правильное оформление ссылок на используемую литературу, но на некоторые источники нет ссылок. 	<p>присутствие незначительных орфографических ошибок или синтаксических ошибок, отсутствие стилистических погрешностей;</p>
3	<ul style="list-style-type: none"> - не совсем точное соответствие содержания теме и плану реферата; - не точное обобщение и аргументация основных положений и выводов. 	<ul style="list-style-type: none"> - в основе использование большая часть устаревших литературных источников. 	<ul style="list-style-type: none"> - присутствуют ошибки при оформлении реферата, объем соблюден; - ссылки на источники присутствуют, но оформлены неправильно 	<p>присутствие незначительных орфографических ошибок или синтаксических ошибок, присутствие незначительных стилистических погрешностей;</p>
2	<p>содержание не соответствует теме и плану реферата;</p> <ul style="list-style-type: none"> - не точное обобщение и аргументация основных положений и выводов. 	<ul style="list-style-type: none"> - использование устаревших литературных источников. 	<p>присутствуют значительные ошибки при оформлении реферата, объем не соблюден;</p> <ul style="list-style-type: none"> - ссылки на источники отсутствуют. 	<ul style="list-style-type: none"> - присутствие значительных орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей;

4.4. Критерии итогового оценивания

Отметка	Критерии оценивания
Отлично	выполнены все виды учебной работы, предусмотренные учебным планом. Обучающийся демонстрирует соответствие

	<p>знаний, умений, навыков приведенным в таблицах показателям, оперирует приобретенными знаниями, умениями, навыками, применяет их в ситуациях повышенной сложности. При этом могут быть допущены неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации</p>
Хорошо	<p>выполнены все виды учебной работы, предусмотренные учебным планом. Обучающийся демонстрирует соответствие знаний, умений, навыков приведенным в таблицах показателям, оперирует приобретенными знаниями, умениями, навыками, применяет их в стандартных ситуациях. При этом могут быть допущены незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации</p>
Удовлетворительно	<p>не выполнен один или более видов учебной работы, предусмотренных учебным планом. Обучающийся демонстрирует неполное соответствие знаний, умений, навыков приведенным в таблицах показателям, допускаются значительные ошибки, проявляется частичное отсутствие знаний, умений, навыков по ряду показателей, обучающийся испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации</p>
Неудовлетворительно	<p>не выполнены виды учебной работы, предусмотренные учебным планом. демонстрирует неполное соответствие знаний, умений, навыков приведенным в таблицах показателей, допускаются значительные ошибки, проявляется отсутствие знаний, умений, навыков по большому ряду показателей, обучающийся испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации</p>