

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Рабочая программа	СГ.04 Физическая культура
Разработчик рабочей программы	Цикловая методическая комиссия общеобразовательного и социально-гуманитарного цикла
Уровень профессионального образования	Среднее профессиональное образование
Специальность	31.02.02 Акушерское дело
Квалификация	Акушер/акушерка
Форма обучения	Очная
Место учебной дисциплины в структуре образовательной программы	Учебная дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 31.02.02 Акушерское дело
Краткое содержание учебной дисциплины	<p>Раздел 1. Физическая культура и формирование ЗОЖ Тема 1.1. Здоровый образ жизни специалиста среднего звена</p> <p>Раздел 2. Легкая атлетика Тема 2.1. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике. Бег на короткие дистанции. Эстафетный бег Тема 2.2. Прыжки в длину с места и с разбега Тема 2.3. Бег на средние дистанции Тема 2.4. Спортивная ходьба Тема 2.5. Выполнение контрольных нормативов</p> <p>Раздел 3. Волейбол Тема 3.1. Техника безопасности на занятиях по волейболу. Стойка игрока и перемещения по волейбольной площадке Тема 3.2. Приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками Тема 3.3. Нижняя прямая и боковая подачи мяча Тема 3.4. Верхняя прямая подача мяча. Специальные беговые упражнения Тема 3.5. Техника игры в защите и нападении Тема 3.6. Основы методики судейства Тема 3.7. Техника верхней подачи мяча и нападающего удара Тема 3.8. Техника нападающих ударов Тема 3.9. Индивидуальные тактические действия в нападении. Контроль выполнения нормативов по волейболу</p> <p>Раздел 4. Баскетбол Тема 4.1. Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Правила игры в баскетбол Тема 4.2. Перемещения по площадке. Ведение мяча. Техника бросков мяча в кольцо с места и в движении Тема 4.3. Совершенствование элементов игры в баскетбол. Учебная игра Тема 4.4. Техника игры в защите и нападении</p>

	<p>Тема 4.5. Индивидуальные действия в нападении и защите</p> <p>Тема 4.6. Групповые действия в нападении и защите.</p> <p>Контрольные нормативы по баскетболу</p> <p>Раздел 5. Лыжная подготовка</p> <p>Тема 5.1. Инструктаж по технике безопасности на занятиях по лыжной подготовке. Техника попеременного двушажного хода</p> <p>Тема 5.2. Техника классического хода. Повороты на месте и в движении</p> <p>Тема 5.3. Техника конькового хода. Подъемы, спуски, торможения</p> <p>Тема 5.4. Одновременные и попеременные ходы: классический и коньковый. Контрольное прохождение дистанции 3000м.</p>
Коды формируемых компетенций	ОК 04, ОК 08, ПК 3.1
Объем, часы	190 часов
Вид промежуточной аттестации	Дифференцированный зачет