

Министерство здравоохранения Ставропольского края
осударственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Ставропольского края
«Пятигорский медицинский колледж»

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор БПОУ СК «Пятигорский
медицинский колледж»
В.В. Трунаева



2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Учебный план: 2021-2025 гг.

Код и наименование учебной дисциплины: ОГСЭ.04 Физическая культура

код и название специальности: 31.02.02 Акушерское дело

группа 321, 322

форма обучения: очная

уровень подготовки: базовый

Пятигорск, 2023 г

Программа одобрена цикловой
методической
комиссией общего гуманитарного
и социально-экономического и
естественнонаучного цикла

Протокол № 1 от
« 30 » 08 2023г

Председатель

ЦМК

Лыкова С.А

Программа разработана
на основе Федерального
государственного образовательного
стандарта среднего
профессионального образования

для специальности
31.02.02 Акушерское дело

Зам.директора по УР

И.В.Уварова

« 30 » 08 2023г.

Преподаватель:

ГБПОУ СК «Пятигорский медицинский колледж»

Преподаватель физического воспитания Лобачев В.П.

Преподаватель физического воспитания Малюков А.С.

Содержание

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	20
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	21
5. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	22

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.04. Физическая культура

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью ППССЗ, в соответствии с ФГОС по специальности 31.02.02 «Акушерское дело»

Реализация рабочей программы возможна с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

- основы здорового образа жизни

Перечень формируемых компетенций:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их выполнение и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать и осуществлять повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях смены технологий в профессиональной деятельности.

ОК 10. Бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям народа, уважать социальные, культурные и религиозные различия.

ОК 11. Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу и человеку.

ОК 12. Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.

ОК 13. Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

1.4. количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:
максимальной учебной нагрузки обучающегося 120 часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 60 часа;
самостоятельной работы обучающегося 60 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	120
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	60
в том числе:	
практические занятия	<i>60</i>
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	60
в том числе:	
составление комплексов упражнений	2
самостоятельная работа над оздоровительной программой (для студентов специальной медицинской группы)	8
Реферат	8
Практическая самостоятельная работа с использованием дневника самоконтроля по оценке уровня физического развития	44

2 Тематический план и содержание учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура

Наименование разделов и тем	Практические занятия учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Основы физической культуры		120/60	
V семестр		24/24	
Теория и практика физической культуры			
Тема 1.1. Развитие физических качеств силы и выносливости. Часть 2.	Практические занятия	2	1
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение техники бега на средние дистанции с низкого старта. Часть 2. 2. Обучение техники низкого старта. 3. Повышение уровня ОФП (специальные беговые упражнения). 4. Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.) 5. Овладение и закрепление скоростных способностей. 		
	Самостоятельная работа	8	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Тематика рефератов: - Диагноз и краткая характеристика заболевания студента. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие. - Медицинские противопоказания при занятиях физическими 		

		<p>упражнениями и применения других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе).</p> <p>- Рекомендуемые средства физической культуры при данном заболевании (диагнозе).</p> <p>- Составление и обоснование индивидуального комплекса физических упражнений и доступных средств физической культуры (с указанием дозировки).</p> <p>- Составление и демонстрация индивидуального комплекса физических упражнений, проведение отдельной части профилированного учебно-тренировочного занятия с группой студентов и т.п.).</p>		
Раздел 2. Легкая атлетика				
Тема 2.1. Развитие аэробных функциональных возможностей, скоростных способностей. Часть 1.	Практические занятия		2	4
	1.	Обучение техники бега на короткие дистанции с низкого старта. Часть 1.		
	2.	Обучение техники низкого старта.		
	3.	Повышение уровня ОФП (специальные беговые упражнения).		
	4.	Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.)		
	5.	Овладение и закрепление скоростных способностей.		
Тема 2.2. Развитие аэробных функциональных возможностей, скоростных способностей. Часть 2.	Практические занятия		2	6
	1.	Совершенствование техники бега на короткие дистанции (старт, разбег, финиширование). Часть 2.		
	2.	Повышение уровня ОФП.		
	3.	Закрепление техники выполнения общих физических упражнений.		

	4.	Закрепление знаний по правилам судейства в лёгкой атлетике.		
--	----	---	--	--

Тема 2.3. Развитие выносливости. Подготовка к сдаче контрольного норматива в беге на 2 км (дев.) и 3 км (юн.). Часть 1.	Практические занятия		2	4
	1.	Совершенствование техники бега на длинные дистанции (старт, разбег, финиширование). Часть 1.		
	2.	Повышение уровня ОФП.		
	3.	Закрепление техники выполнения общих физических упражнений.		
	4.	Закрепление знаний по правилам судейства в лёгкой атлетике.		
	5.	Подготовка к сдаче контрольного норматива в беге на 2 км (дев.) и 3 км (юн.). Часть 1.		
	Практические занятия			
Тема 2.4. Развитие выносливости. Подготовка к сдаче контрольного норматива в беге на 2 км (дев.) и 3 км (юн.). Часть 2.	Практические занятия		2	4
	1.	Развивать и совершенствовать технику гибкости и координационных способностей. Часть 2.		
	2.	Овладение специальной техникой, способствующей развитию гибкости и выносливости.		
	3.	Разучивание комплексов специальных упражнений.		
	4.	Воспитание выносливости.		
	5.	Подготовка к сдаче контрольного норматива в беге на 2 км (дев.) и 3 км (юн.). Часть 2.		
Практические занятия				
Тема 2.5. Развитие выносливости. Подготовка к сдаче контрольного норматива в беге на 2 км (дев.) и 3 км (юн.). Часть 3.	Практические занятия		2	3
	1.	Развивать и совершенствовать технику гибкости и координационных способностей. Часть 3.		
	2.	Овладение специальной техникой, способствующей развитию гибкости и выносливости.		
	3.	Подготовка к сдаче контрольного норматива в беге на 2 км (дев.) и 3 км (юн.). Часть 3.		

	Самостоятельная работа		8	
	1.	Составление комплексов упражнений.		
	2. 3.	Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Совершенствование техники гибкости и координационных способностей, дыхательные упражнения, утренняя гимнастика.		
Тема 2.6. Приём контрольного норматива в беге на 2 км (дев.) и 3 км (юн.). Тема 2.7. Приём контрольного норматива в беге 100 м.	Практические занятия		4	
	1. 2.	Приём контрольного норматива в беге на 2 км - девушки и 3 км - юноши. Приём контрольного норматива в беге 100 м.		2
Тема 2.8. Подготовка к сдаче контрольных нормативов. Развитие основных физических качеств.	Практические занятия		2	
	1. 2. 3. 4.	Овладение техникой строевых упражнений. Овладение техникой и развитие гибкости, координационных способностей. Основные направления развития физических качеств. Подготовка к сдаче контрольных нормативов.		2
Тема 2.9. Приём контрольных нормативов.	Практические занятия		2	
	1.	Приём контрольных нормативов.		3
Тема 3.0.	Практические занятия		2	

Адаптационное занятие. Подготовка к сдаче контрольного норматива 100 м. Часть 1. Часть 2.	1.	Овладение и развитие аэробных функциональных возможностей, координационных способностей. Часть 1.	4	3
	2.	Совершенствование техники выполнения аэробных функциональных возможностей, координационных способностей.		
	3.	Подготовка к сдаче контрольного норматива 100 м. Часть 1.		
Самостоятельная работа		4		
	1.	Составление комплексов упражнений.		
	2.	Овладение техникой строевых упражнений. Часть 1. Часть 2.		
	3.	Совершенствование техники аэробных функциональных возможностей, координационных способностей. Часть 1. Часть 2.		
Тема 3.1. Контрольное занятие. Сдача контрольных нормативов.	Практические занятия		2	
	1.	Контрольное занятие.		
	2.	Приём контрольных нормативов.		
	3.	Сдача контрольных нормативов.		
Самостоятельная работа		4		
	1.	Самостоятельная работа над оздоровительной программой по заболеванию для специальной медицинской группы. Совершенствование техники общей и скоростной выносливости. Часть 1. Часть 2.		
	2.			
VI семестр			36/36	
Раздел 2. Легкая атлетика.				
Тема 4.1.	Практические занятия		2	

<p>Развитие скоростных способностей. Совершенствование в технике стартового ускорения. Часть 1.</p>	<p>1. 2. 3.</p>	<p>Развитие и совершенствование техники бега на короткие, средние и длинные дистанции (старт, разбег, финиширование). Часть 1. Повышение уровня ОФП. Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, выносливости, координации движений, ловкости и т.д.)</p>		<p>2</p>
<p>Тема 4.2. Развитие скоростных способностей. Совершенствование в технике стартового ускорения. Часть 2.</p>	<p>Практические занятия 1. 2. 3. 4.</p>	<p>Развитие скоростных способностей. Обучение элементам техники спортивных и подвижных игр. Часть 2. Совершенствование в технике стартового ускорения. Часть 2. Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.) Овладение и закрепление элементов техники спортивных и подвижных игр. Применение изученных способов в игре.</p>	<p>2</p>	<p>2</p>
<p>Тема 4.3. Развитие скоростных способностей. Приём контрольного норматива 100 м. Часть 1.</p>	<p>Практические занятия 1. 2. 3. 4.</p>	<p>Развитие скоростных способностей. Часть 1. Обучение и совершенствование технике бега на коротких дистанции. Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.) Приём контрольного норматива 100 м. Часть 1.</p>	<p>2</p>	<p>2</p>
<p>Тема 4.4. Развитие скоростных способностей. Прием контрольного норматива 100 м. Часть 2.</p>	<p>Практические занятия 1. 2. 3. 4.</p>	<p>Развитие скоростных способностей. Часть 2. Обучение и совершенствование технике бега на коротких дистанции. Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.) Приём контрольного норматива 100 м. Часть 2.</p>	<p>2</p>	<p>2</p>

Тема 4.6. Развитие гибкости, координационных способностей.	Практические занятия		2	
	1.	Развитие гибкости, координационных способностей.		2
	2.	Обучение технике акробатических элементов.		
	3.	Совершенствование в технике акробатических элементов.		
	4.	Выполнение акробатических упражнений согласно нормативам.		
	Практические занятия			
Тема 4.8.. Основы закаливания. Водолечение.	Практические занятия		2	
	1.	Основы закаливания.		2
2.	Основы водолечения.			
3.	Применение изученных способов на практике..			
Тема 5.1. Развитие аэробных функциональных возможностей, координационных способностей. Часть 1.	Практические занятия			2
	1.	Развитие аэробных функциональных возможностей, координационных способностей. Часть 1.	2	
2.	Воспитание коллективизма, активного отношения к занятиям. Применение этих качеств в коллективной игре.			
3.	Формирование ценностной ориентации и мотивации			
4.	здорового образа жизни.			
5.	Общие задачи (подбор специальных и общеразвивающих упражнений, соответствующих возрасту и физической подготовленности).			
Тема 5.2. Развитие аэробных функциональных возможностей, координационных	Практические занятия			2
	1.	Развитие аэробных функциональных возможностей, координационных способностей. Часть 2.	2	
2.	Развитие скоростных качеств.			
3.	Воспитание коллективизма, активного отношения к			

способностей. Часть 2.	4. 5.	занятиям. Применение этих качеств в коллективной игре. Формирование ценностной ориентации и мотивации здорового образа жизни. Общие задачи (подбор специальных и общеразвивающих упражнений, соответствующих возрасту и физической подготовленности).		
Тема 5.3. Развитие основных физических качеств.	Практические занятия		2	
	1. 2. 3. 4. 5.	Совершенствование в технике спортивных и подвижных игр. Повышение уровня ОФП (специальные беговые упражнения). Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.) Овладение и закрепление элементов техники спортивных и подвижных игр. Применение изученных способов в игре.		2
Тема 5.4. Круговая тренировка. Часть 1.	Практические занятия		2	
	1. 2. 3. 4. 5.	Обучение технике «круговая тренировка». Часть 1. Повышение уровня ОФП (специальные упражнения). Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.) Овладение и закрепление элементов техники спортивных и подвижных игр. Применение изученных способов в игре.		2
Тема 5.5. Развитие основных физических качеств. Круговая тренировка. Часть 2.	Практические занятия		2	
	1. 2. 3. 4.	Обучение технике «круговая тренировка». Часть 2. Повышение уровня ОФП (специальные упражнения). Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, выносливости, координации движений, ловкости и т.д.) Овладение техникой и развитие гибкости, координационных		

		<p>способностей. Часть 2.</p> <p>5. Основные направления развития физических качеств. Закрепление техники выполнения общих физических упражнений и упражнений на выносливость.</p> <p>6. Формирование ценностной ориентации и мотивации здорового образа жизни.</p>		
Тема 5.6.	Практические занятия		2	
Развитие аэробных функциональных возможностей, координационных способностей.	<p>1. Развитие и совершенствование упражнений на развитие аэробных функциональных возможностей.</p> <p>2. Совершенствование упражнений на развитие силы и силовой выносливости.</p> <p>3. Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, выносливости, координации движений, ловкости и т.д.).</p> <p>4. Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, выносливости, координации движений, ловкости и т.д.).</p> <p>5. Овладение техникой и развитие гибкости, координационных способностей.</p> <p>6. Совершенствование упражнений на развитие силы и силовой выносливости.</p> <p>7. Основные направления развития физических качеств.</p> <p>8. Закрепление техники выполнения общих физических упражнений и упражнений на выносливость.</p> <p>9. Формирование ценностной ориентации и мотивации здорового образа жизни.</p>			
Тема 5.7. Развитие основных физических качеств. Общая физическая подготовка. Часть 1.	Практические занятия		2	
	<p>1. Развитие и совершенствование упражнений на развитие силы и силовой выносливости. Часть 1.</p> <p>2. Повышение уровня ОФП.</p> <p>3. Закрепление элементов техники на развитие силы и силовой выносливости в спортивных и подвижных игр.</p> <p>4. Применение изученных способов в игре.</p>			
Тема 5.8.	Практические занятия		2	

<p>Развитие основных физических качеств. Общая физическая подготовка. Часть 2.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие и совершенствование упражнений на развитие силы и силовой выносливости. Часть 2. 2. Составление комплекса упражнений на развитие силы и силовой выносливости для различных групп обучающихся. 3. Повышение уровня ОФП. 4. Закрепление элементов техники на развитие силы и силовой выносливости в спортивных и подвижных игр. 5. Применение изученных способов в игре. 		
<p>Тема 5.9. Совершенствование навыков строевых упражнений. Развитие скоростно-силовых качеств, координационных способностей. Часть 1.</p>	<p>Практические занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование навыков строевых упражнений. Часть 1. 2. Развитие скоростно-силовых качеств, координационных способностей. Часть 1. 3. Закрепление элементов техники спортивных и подвижных игр. 4. Применение изученных способов в игре. 5. Воспитание коллективизма спортивными играми. 	2	
<p>Тема 6.0. Совершенствование навыков строевых упражнений. Развитие скоростно-силовых качеств, координационных способностей. Часть 2.</p>	<p>Практические занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование в технике спортивных игр, перемещения, стоек, верхней и нижней передачи мяча двумя руками. Часть 2. 2. Закрепление техники выполнения специальных подводящих упражнений верхней и нижней передач. 3. Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху и снизу на месте и после перемещения. 4. Владение техникой верхней и нижней передачи мяча в волейболе. 	2	

Тема 6.1. Приём контрольного норматива.	Практические занятия		2	
	1.	Приём контрольного норматива.		
Тема 6.2. Контрольное занятие. Сдача контрольных нормативов.	Практические занятия		2	
	1.	Выполнение контрольных нормативов.		
	2.	Сдача контрольных нормативов.		
	Самостоятельная работа		36	
	1.	Тематика рефератов: - Лечебная физкультура при различных заболеваниях. - Деятельность кабинетов ЛФК в различных медицинских учреждениях.		
	2.	Составление комплексов упражнений.		
	3.	Совершенствование техники бега на короткие, средние и длинные дистанции, дыхательные упражнения, утренняя гимнастика.		
	4.	Самостоятельная работа над оздоровительной программой по заболеванию для специальной медицинской группы.		
	5.	Совершенствование техники владения мячом в волейболе, выполнение утренней гимнастики, составление комплексов дыхательных упражнений, на развитие прыгучести и координации.		
		Итого	120	

Для характеристики уровня усвоения учебного материала используются следующие обозначения:

1.- ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);

2.- репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);

3.- продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация рабочей программы учебной дисциплины требует наличия открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий и спортивного зала.

Оборудование учебного кабинета и спортивного зала:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- спортивный инвентарь.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- многофункциональный принтер;
- музыкальный центр.

Оборудование спортивного зала и спортивной площадки:

- гантели;
- тренажеры;
- гири;
- баскетбольные, волейбольные, футбольные, теннисные мячи;
- скакалки;
- гимнастические коврики;
- скамейки;
- секундомеры;
- ракетки для бадминтона и настольного тенниса и т.д.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Информационное обеспечение реализации программы

Основные электронные издания

1. Агеева Г. Ф. Плавание : учебное пособие для спо / Г. Ф. Агеева, В. И. Величко, И. В. Тихонова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 64 с. — ISBN 978-5-8114-9471-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/195475>

2. Агеева Г. Ф. Теория и методика физической культуры и спорта : учебное пособие для спо / Г. Ф. Агеева, Е. Н. Карпенкова. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 68 с. — ISBN 978-5-8114-7558-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/174984>

3. Безбородов А. А. Практические занятия по волейболу : учебное пособие для спо / А. А. Безбородов. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 92 с. — ISBN 978-5-8114-8344-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/193301>

4. Журин А. В. Волейбол. Техника игры : учебное пособие для спо / А. В. Журин. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 56 с. — ISBN 978-5-8114-5849-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/156624>

5. Зобкова Е. А. Основы спортивной тренировки : учебное пособие для спо / Е. А. Зобкова. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 44 с. — ISBN 978-5-8114-7549-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/174986> (дата обращения: 13.01.2022). — Режим доступа: для авториз. Пользователей

6. Калуп С. С. Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и мас-сажа. Массаж : учебное пособие для спо / С. С. Калуп. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 56 с. — ISBN 978-5-8114-9320-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/189469>

7. Орлова Л. Т. Настольный теннис : учебное пособие для спо / Л. Т. Орлова, А. Ю. Марков. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 40 с. — ISBN 978-5-8114-7886-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/166937>

8. Тихонова И. В. Лыжный спорт. Методика обучения основам горнолыжной техники : учебное пособие для СПО / И. В. Тихонова, В. И. Величко. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 36 с. — ISBN 978-5-8114-7547-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/174988>

9. Садовникова Л. А. Физическая культура для студентов, занимающихся в специальной медицинской группе : учебное пособие для спо / Л. А.

Садовникова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 60 с. — ISBN 978-5-8114-7201-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/156380>

Дополнительные источники

1. Среднее профессиональное образование: периодическое подписное издание

СОГЛАСОВАНО:

Зав. библиотекой



Ласковая С.И.

Подпись преподавателя:

A handwritten signature in blue ink, consisting of two distinct parts, written over a horizontal line.

Лобачев В.П. / Малоков А.С.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<i>1</i>	<i>2</i>
Уметь:	
1. Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	Отчет по дневнику самоконтроля, реферат.
Знать:	
1. О роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	тестирования, зачет.
2. Основы здорового образа жизни	комплекс глазодвигательной, дыхательной, коррекционной гимнастики; ЛФК: массаж по заболеваниям, собеседование; реферат.

5. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

В целях реализации индивидуального подхода к обучению обучающихся, осуществляющих учебный процесс по собственной траектории в рамках индивидуального рабочего плана, изучение данной дисциплины базируется следующих возможностях: обеспечение внеаудиторной работы со студентами, в том числе, в электронной образовательной среде с использованием соответствующего программного оборудования, дистанционных форм обучения, возможности Интернет-ресурсов, индивидуальных консультаций и т.д.

6. ОРГАНИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Реализация программы воспитания обучающихся, направленная на формирование профессиональных качеств личности, чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде, бережного отношения к здоровью, эстетических чувств и уважения к ценностям семьи.


№ п/п	Направления воспитательной работы	Комплекс критериев оценки личностных результатов обучающихся
1.	Формирование профессиональных качеств личности	<ul style="list-style-type: none">– демонстрация интереса к будущей специальности;– оценка собственного продвижения, личностного развития;– ответственность за результат учебной деятельности и подготовки к профессиональной деятельности;– участие в исследовательской и проектной работе;– участие в олимпиадах по специальности, викторинах, в предметных неделях;– участие в конкурсах профессионального мастерства и в командных проектах
2.	Нравственное воспитание	<ul style="list-style-type: none">– соблюдение этических норм общения при взаимодействии с обучающимися, преподавателями,

		<p>мастерами и руководителями практики;</p> <ul style="list-style-type: none"> – конструктивное взаимодействие в учебном коллективе/бригаде; – демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа
3.	Формирование гражданско-патриотической позиции, социальной ответственности	<ul style="list-style-type: none"> – сформированность гражданской позиции; – проявление мировоззренческих установок на готовность молодых людей к работе на благо Отечества; – проявление правовой активности и навыков правомерного поведения, уважения к Закону; – участие в реализации просветительских программ, поисковых, археологических, военно-исторических, краеведческих отрядах и молодежных объединениях
4.	Работа по противодействию терроризму и иным проявлениям экстремизма	<ul style="list-style-type: none"> – готовность к общению и взаимодействию с людьми самого разного статуса, этнической, религиозной принадлежности и в многообразных обстоятельствах; – отсутствие фактов проявления идеологии терроризма и экстремизма среди обучающихся; – отсутствие социальных конфликтов среди обучающихся, основанных на межнациональной, межрелигиозной почве
5.	Воспитание положительного отношения к труду	<ul style="list-style-type: none"> – проявление высокопрофессиональной трудовой активности; – положительная динамика в организации собственной учебной деятельности по результатам самооценки, самоанализа и коррекции ее результатов
6.	Волонтерская деятельность и добровольчество	<ul style="list-style-type: none"> – добровольческие инициативы по поддержке инвалидов и престарелых граждан; – участие в волонтерском

		движении
7.	Формирование здорового образа жизни	– демонстрация навыков здорового образа жизни и высокого уровня культуры здоровья обучающихся
8.	Экономическое воспитание	– проявление экономической и финансовой культуры, экономической грамотности, а также собственной адекватной позиции по отношению к социально-экономической действительности; – проявление культуры потребления информации, умений и навыков пользования компьютерной техникой, навыков отбора и критического анализа информации, умения ориентироваться в информационном пространстве
9.	Экологическое воспитание	– демонстрация умений и навыков разумного природопользования, нетерпимого отношения к действиям, приносящим вред экологии; – проявление экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и мира

Разработчики:

ГБПОУ СК «Пятигорский медицинский колледж»

Преподаватель физического воспитания Лобачев В.П. 

Преподаватель физического воспитания Малюков А.С. 