

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АРМАВИРСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ
«Армавирский медицинский колледж»
Д. Э. Манукян
Приказ от 30 августа 2019 года
№ 184 - ОД



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ОУД.06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
в рамках программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности 33.02.01 Фармация
составлена на основе ФГОС СПО
уровень подготовки среднего профессионального образования – базовый
форма обучения очная
квалификация – Фармацевт

Армавир
2019

Рассмотрено и одобрено на заседании ЦК гуманитарных и социально-экономических дисциплин № 1

Протокол № 10 от 20.05.2019 года

Председатель ЦК Т.Е. Кучинская

Рекомендовано к утверждению экспертным советом Армавирского медицинского колледжа

Протокол № 5 от 1.07.2019 года

Председатель экспертного совета Н. М. Михальцова

Рекомендовано к использованию экспертным советом Армавирского медицинского колледжа

Заключение экспертного совета № 5 от 1.07.2019 года

Организация разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Армавирский медицинский колледж» министерства здравоохранения Краснодарского края

Составитель: преподаватель ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж» А.А. Стыцков

Внутренняя рецензия

Сердюк Татьяна Григорьевна, старший методист Армавирского медицинского колледжа

Внешняя рецензия

Нефедкин Сергей Николаевич, руководитель физ. воспитания высшей категории по физической культуре ГБПОУ КК АИСТ

Рабочая программа разработана на основе примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» протокол № 3 от 21.07.2015 года регистрационный номер рецензии 381 от 23.07.2015 г. ФГАУ «ФИРО», с учетом всех требований Федерального государственного стандарта среднего профессионального образования по специальности 33.02.01 Фармация, утвержденного приказом Министерства образования науки РФ от 12 мая 2014 года № 501, зарегистрированного в Минюст России от 26 июня 2014 года № 32861.

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 33.02.01 Фармация в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности.

ВНУТРЕННЯЯ РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу по учебной дисциплине ОУД. 06. Физическая культура по специальности 33.02.01. Фармация (базовый уровень подготовки среднего профессионального образования, форма обучения - очная, квалификация – фармацевт), выполненную руководителем физического воспитания ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж» Стыцкоковым А. А.

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (ФГОС СПО) по специальности 33.02.01. Фармация, утвержденного приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 12.05.2014г. № 501 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 33.02.01. Фармация (Зарегистрировано в Министерстве РФ 26.06.2014г. № 32861).

В результате изучения программного материала обучающиеся овладевают знаниями по вопросам социальной сущности человека, этапов и факторов социализации личности, роли человека в системе общественных отношений, тенденций развития общества, как динамичной системы, механизмов правового регулирования, а также умениями анализа, поиска информации, оценивания действий субъектов социальной жизни.

Оценка структуры рабочей программы (характеристика разделов).

В результате освоения дисциплины обучающийся изучает технику и навыки легкой атлетики, баскетбола, волейбола, гимнастики. Программа построена с учетом роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека, основ здорового образа жизни.

Оценка соответствия тематики лекционных и практических занятий, требованиям подготовки выпускника по профессии (специальности) и содержанию рабочей программы.

В программе по физической культуре предусмотрены лекционные и практические занятия, в процессе обучения прослеживается возможность развития и совершенствования у студентов способностей, а именно:

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

Соответствие содержания рабочей программы современному уровню развития науки, техники и производства.

В рабочей программе в свете требований ФГОС указан перечень общих и профессиональных компетенций и перечислены технологии формирования ОК и ПК на учебных занятиях в ходе освоения дисциплины.

Рекомендации, замечания.

Замечаний нет.

Заключение:

Рабочая программа по дисциплине Физическая культура, выполненная руководителем физического воспитания Стыцкоковым А. А., может быть использована для обеспечения основной образовательной программы по специальности 33.02.01. Фармация (базовый уровень подготовки среднего профессионального образования, форма обучения - очная, квалификация – фармацевт)

Рецензент

Сердюк Татьяна Григорьевна, старший методист Армавирского медицинского колледжа.

М.П.

ВНЕШНЯЯ РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу по учебной дисциплине ОУД. 06. Физическая культура по специальности 33.02.01. Фармация (базовый уровень подготовки среднего профессионального образования, форма обучения - очная, квалификация – фармацевт), выполненную руководителем физического воспитания
ГБПОУ СПО «Армавирский медицинский колледж» Стыцкоковым А. А.

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (ФГОС СПО) по специальности 33.02.01. Фармация, утвержденного приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 12.05.2014 № 501 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 33.02.01. Фармация (Зарегистрировано в Министерстве РФ 26.06.2014 № 32861).

Оценка структуры рабочей программы (характеристика разделов).

В результате освоения дисциплины обучающийся изучает технику и навыки легкой атлетики, баскетбола, волейбола, гимнастики. Программа построена с учетом роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека, основ здорового образа жизни.

Оценка соответствия тематики лекционных и практических занятий, требованиям подготовки выпускника по профессии (специальности) и содержанию рабочей программы.

В программе по физической культуре предусмотрены лекционные и практические занятия, в процессе обучения прослеживается возможность развития и совершенствования у студентов способностей, а именно:

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

В результате изучения программного материала обучающиеся овладевают знаниями по вопросам социальной сущности человека, этапов и факторов социализации личности, роли человека в системе общественных отношений, тенденций развития общества, как динамичной системы, механизмов правового регулирования, а также умениями анализа, поиска информации, оценивания действий субъектов социальной жизни.

Соответствие содержания рабочей программы современному уровню развития науки, техники и производства.

В рабочей программе в свете требований ФГОС указан перечень общих и профессиональных компетенций и перечислены технологии формирования ОК на учебных занятиях в ходе освоения дисциплины.

Рекомендации, замечания.

Замечаний нет.

Заключение:

Рабочая программа по дисциплине Физическая культура, выполненная руководителем физического воспитания Стыцкоковым А. А., может быть использована для обеспечения основной образовательной программы по специальности 33.02.01. фармация (базовый уровень подготовки среднего профессионального образования, форма обучения - очная, квалификация – фармацевт)

Рецензент

Нефедкин Сергей Николаевич

Руководитель физического воспитания высшей категории по физической культуре
ГБПОУ КК Армавирского Индустриального Строительного техникума

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	22
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	23
5. ПРИЛОЖЕНИЕ 1	27
6. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ	29

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД.06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Область применения программы:

Рабочая программа учебной дисциплины ОУД.06 Физическая культура предназначена для организации занятий по физической культуре, является частью основной профессиональной образовательной программой ГБПОУ «Армавирского медицинского колледжа» по специальности 33.02.01 Фармация. Рабочая программа разработана на основе требований ФГОС СПО третьего поколения, по специальности Фармация среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «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 требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

дисциплина входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

1.3. Содержание программы ОУД.06 Физическая культура направлено на достижение следующих целей:

- формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного 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 воспитания, 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.

1.4. Освоение содержания учебной дисциплины ОУД.06 Физическая культура обеспечивает достижение студентами следующих результатов:

• личностные:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;
- сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья;
- приобретение личного опыта творческого использования профессионально - оздоровительных средств и методов двигательной активности;
- формирование личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок, системы значимых социальных и межличностных отношений, личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной, практике;
- готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;
- способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры;
- способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности;
- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно - оздоровительной деятельностью;
- умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
- патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной;
- готовность к служению Отечеству, его защите;

- **метапредметные:**

- способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;
- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников;
- формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;
- умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее — ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, норм информационной безопасности;

- **предметные:**

- умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;
- владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
- владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
- владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

1.5. В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

У 1 - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

У 2 - владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

У 3 - владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств.

1.6. В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

З 1 - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека.

З 2 - основы здорового образа жизни.

З 3 - владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.

З 4 - владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

1.7. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 176 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 117 часов;

самостоятельной работы обучающегося 59 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОУД.06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	176
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	117
в том числе:	
теоретические занятия	8
практические занятия	109
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	59
в том числе:	
внеаудиторные занятия в спортивных секциях	39
составление комплексов упражнений в элементах единоборств	4
самостоятельная работа над оздоровительной программой в гимнастике	5
Написание рефератов	4
Учебно-практическая самостоятельная работа с использованием дневника самоконтроля по оценке уровня физического развития	6
Самостоятельная работа над упражнениями для сдачи дифференцированного зачета	1
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	
<i>«Вариативная часть» - не предусмотрена</i>	

В процессе освоения УД у студентов должны формироваться общие компетенции (ОК)

- 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 эффективность 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), результат выполнения заданий.
- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение своей квалификации.
- ОК 9. Ориентироваться в условиях частой 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. Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

Методическое обоснование изменений в тематическом плане.

В связи с климатическими условиями нашего региона и спортивной базой колледжа были внесены изменения в тематическом плане данной рабочей программы физической культуры. Практические занятия по лыжному спорту, плаванию целесообразно заменить лёгкой атлетикой, гимнастикой и игровыми видами, так как основные упражнения и зачетные задания сходны по физической тематике и исполнению основных упражнений. Реализация самостоятельной работы (59 часов) осуществляется за счет различных форм внеаудиторных занятий в спортивных секциях.

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОУД.06 Физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Теория физической культуры		8	
Тема 1.1. Ведение. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО. Основы здорового образа жизни.	Содержание	2	1
	<p>Демонстрация мотивации и стремления к самостоятельным занятиям.</p> <p>Знание форм и содержания физических упражнений. Умение организовывать занятия физическими упражнениями различной направленности с использованием знаний особенностей самостоятельных занятий для юношей и девушек. Знание основных принципов построения самостоятельных занятий и их гигиены.</p>		
	Практические занятия не предусмотрено	0	
Тема 1.2. Физическая культура в обеспечении здоровья. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.	Содержание	2	1
	<p>Самостоятельное использование и оценка показателей функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, физической подготовленности.</p> <p>Внесение коррекций в содержание занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля.</p>		
	Практические занятия не предусмотрено	0	
Тема 1.3. Самоконтроль. Психофизиологические основы учебного и производственного труда. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.	Содержание	2	1
	<p>Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки.</p> <p>Знание требований, которые предъявляет профессиональная деятельность к личности, ее психофизиологическим возможностям, здоровью и физической подготовленности. Использование знаний динамики работоспособности в учебном году и в период экзаменационной сессии.</p> <p>Умение определять основные критерии нервно-эмоционального, психического и психофизического утомления. Владение методами повышения эффективности производственного и учебного труда; освоение применения аутотренинга для повышения работоспособности.</p>		
	Практические занятия не предусмотрено	0	

Тема 1.4. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста.	Содержание	2	1
	Обоснование социально-экономической необходимости специальной адаптивной и психофизической подготовки к труду. Умение использовать оздоровительные и профилированные методы физического воспитания при занятиях различными видами двигательной активности. Применение средств и методов физического воспитания для профилактики профессиональных заболеваний. Умение использовать на практике результаты компьютерного тестирования состояния здоровья, двигательных качеств, психофизиологических функций, к которым профессия (специальность) предъявляет повышенные требования.		
	Практические занятия не предусмотрено	0	
	Самостоятельная работа	4	
	Написание рефератов. Тематика рефератов: - Диагноз и краткая характеристика заболевания студента. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие. - Медицинские противопоказания при занятиях физическими упражнениями и применения других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе). - Рекомендуемые средства физической культуры при данном заболевании (диагнозе). - Составление и обоснование индивидуального комплекса физических упражнений и доступных средств физической культуры (с указанием дозировки). - Составление и демонстрация индивидуального комплекса физических упражнений, проведение отдельной части профилированного учебно-тренировочного занятия с группой студентов и т.п.).		
Раздел 2. Легкая атлетика.		28	
Тема 2.1. Бег 30 метров.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Обучение техники бега на короткие дистанции с низкого и высокого старта. Повышение уровня ОФП (специальные беговые упражнения). Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.) Техника выполнения специальных упражнений.		

Тема 2.2. Бег 60 метров.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Обучение техники бега на короткие дистанции с низкого и высокого старта. Повышение уровня ОФП (специальные беговые упражнения). Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.) Техника выполнения специальных упражнений.		
Тема 2.3. Бег 100 метров.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Обучение техники бега на короткие дистанции с низкого и высокого старта. Повышение уровня ОФП (специальные беговые упражнения). Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.) Техника выполнения специальных упражнений.		
Тема 2.4. Прыжки в длину с места.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Обучение техники прыжка в длину с места. Повышение уровня ОФП. Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.) Техника выполнения специальных упражнений.		
Тема 2.5. Бег 500 м. (д.), 1000 м.(ю.)	Содержание / Практические занятия	2	2
	Совершенствование техники бега на средние дистанции (старт, разбег, финиширование). Повышение уровня ОФП. Закрепление знаний по правилам судейства в лёгкой атлетике. Техника выполнения общих физических упражнений.		
Тема 2.6. Эстафетный бег 4x100 м.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Совершенствование техники бега на средние дистанции (старт, разбег, финиширование). Повышение уровня ОФП. Закрепление знаний по правилам судейства в лёгкой атлетике. Техника выполнения общих физических упражнений.		
Тема 2.7. Эстафетный бег 4x400 м.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Совершенствование техники бега на средние дистанции (старт, разбег, финиширование). Повышение уровня ОФП. Закрепление знаний по правилам судейства в лёгкой атлетике. Техника выполнения общих физических упражнений.		

Тема 2.8. Прыжки в длину с разбега.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Овладение техникой прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Повышение уровня ОФП. Закрепление знаний по правилам судейства в лёгкой атлетике. Техника выполнения общих физических упражнений.		
Тема 2.9. Прыжки в высоту.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Овладение техникой прыжка в высоту способами: «прогнувшись», перешагивания, «ножницы», перекидной. Повышение уровня ОФП. Закрепление знаний по правилам судейства в лёгкой атлетике. Техника выполнения общих физических упражнений.		
Тема 2.10. Метание гранаты 500 г. (д.), 700 г. (ю.).	Содержание / Практические занятия	2	2
	Овладение техникой метания гранаты. Техника выполнения специальных упражнений.		
Тема 2.11. Метание ядра.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Овладение техникой метания ядра. Разучивание комплексов специальных упражнений.		
2.12. Бег по прямой с различной скоростью.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Совершенствовать технику бега по дистанции. Овладение техникой старта, стартового разбега, финиширования. Разучивание комплексов специальных упражнений. Воспитание выносливости.		
2.13. Кроссовая подготовка.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Совершенствовать технику бега по дистанции. Овладение техникой старта, стартового разбега, финиширования. Разучивание комплексов специальных упражнений. Воспитание выносливости.		
2.14. Бег 2000 м. (д.), 3000 м.(ю.)	Содержание / Практические занятия	2	2
	Совершенствовать технику бега на длинные дистанции. Овладение техникой старта, стартового разбега, финиширования. Разучивание комплексов специальных упражнений. Воспитание выносливости.		
	Самостоятельная работа	14	
	Внеаудиторные занятия в спортивных секциях.		

Раздел 3. Баскетбол.		14	
Тема 3.1. Техника выполнения ведения мяча.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Овладение техникой выполнения ведения мяча. Основные направления развития физических качеств. Формирование ценностной ориентации и мотивации здорового образа жизни. Техника выполнения специальных упражнений.		
Тема 3.2. Броски мяча в кольцо с места.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Овладение техникой выполнения броска мяча с места в кольцо. Основные направления развития физических качеств. Формирование ценностной ориентации и мотивации здорового образа жизни. Закрепление техникой ведения и передачи мяча в баскетболе. Техника выполнения специальных упражнений.		
Тема 3.3. Техника выполнения передачи мяча в движении.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Закрепление техники передачи мяча в движении. Совершенствование техники выполнения ведения мяча. Развитие логического мышления в баскетболе. Изучение техники ведения и передачи мяча в движении. Совершенствование техники выполнения специальных упражнений.		
Тема 3.4. Техника выполнения «ведение 2 шага бросок».	Содержание / Практические занятия	2	2
	Освоение техники броска мяча в кольцо - «ведение – 2 шага – бросок». Изучение броска мяча в кольцо с места. Развитие логического мышления в баскетболе. Техника выполнения специальных упражнений.		
Тема 3.5. Техника выполнения штрафного броска.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Изучение техники выполнения штрафного броска. Совершенствование техники выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста. Закрепление техники выполнения среднего броска с места. Совершенствование техники выполнения специальных упражнений.		
Тема 3.6. Ведение, ловля и передача мяча в колонне.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Изучение техники ведения, ловли и передача мяча в колонне. Овладение техникой выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста. Закрепление техники выполнения среднего броска с места. Совершенствование техники выполнения специальных упражнений.		

Тема 3.7. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Совершенствовать технику владения мячом. Применение правил игры в баскетбол в учебной игре. Совершенствовать технические элементы баскетбола в учебной игре. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом. Правила игры в баскетбол. Двусторонняя игра.		
	Самостоятельная работа	7	
	Внеаудиторные занятия в спортивных секциях.		
Раздел 4. Учебно-методические занятия		12	
Тема 4.1. Методика самостоятельных занятий.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Методика составления и проведения самостоятельных занятий на психическое и физическое здоровье. Методика составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической и профессиональной направленности. Методика активного отдыха в ходе профессиональной деятельности по избранному направлению.		
Тема 4.2. Методы профилактики профессиональных заболеваний.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств физической культуры для их направленной коррекции. Использование методов самоконтроля, стандартов, индексов. Физические упражнения для профилактики и коррекции нарушения опорно-двигательного аппарата. Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания. Физические упражнения для коррекции зрения. Массаж и самомассаж при физическом и умственном утомлении.		
Тема 4.3. Составление и проведение комплексов, тестов.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учетом направления будущей профессиональной деятельности студентов. Самооценка и анализ выполнения обязательных тестов состояния здоровья и общефизической подготовки. Методика самоконтроля за уровнем развития профессионально значимых качеств и свойств личности.		
Тема 4.4. Спортограмма и профессиограмма.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Методика определения профессионально значимых психофизиологических и двигательных качеств на основе профессиограммы специалиста.		

Тема 4.5. Ведение личного дневника самоконтроля.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Ведение личного дневника самоконтроля (индивидуальной карты здоровья). Определение уровня здоровья (по Э. Н. Вайнеру).		
Тема 4.6. Программа двигательной активности.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Индивидуальная оздоровительная программа двигательной активности с учетом профессиональной направленности.		
	Самостоятельная работа		
	Учебно-практическая работа с использованием дневника самоконтроля для оценки уровня физического развития студента.	6	
Раздел 5. Волейбол.		20	
Тема 5.1. Техника перемещений, стойки волейболиста.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Овладение техникой перемещения, стоек в волейболе. Закрепление техники выполнения специальных подводящих упражнений . Техника выполнения специальных упражнений.		
Тема 5.2. Техника владения мячом.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Овладение верхним и нижним приемам владения мяча. Обучение технике передачи мяча. Изучение техники владения мячом. Выполнение специальных упражнений.		
Тема 5.3. Техника верхней и нижней передач двумя руками.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Овладение техникой верхней и нижней передачи мяча двумя руками. Закрепление техники выполнения специальных подводящих упражнений верхней и нижней передач. Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху и снизу на месте и после перемещения. Выполнение специальных упражнений.		
Тема 5.4. Техника нижней подачи.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Обучение технике нижней подачи и приёма после неё. Совершенствование техники владения мячом в учебной игре. Выполнения специальных упражнений.		

Тема 5.5. Техника верхней подачи.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Обучение технике верхней подачи и приёма после неё. Закрепление техники приёма мяча с подачи двумя руками снизу на месте. Совершенствование техники владения мячом в учебной игре. Выполнения специальных упражнений.		
Тема 5.6. Техника прямого нападающего удара.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Обучение технике прямого нападающего удара. Овладение техники изученных приёмов после нападающего удара. Применение изученных приемов в учебной игре. Выполнение технических элементов в учебной игре.		
Тема 5.7. Техника иных видов атаки.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Обучение техники атаки с различных позиций в игре. Совершенствование техники изученных приёмов. Применение изученного в учебной игре. Выполнение технических элементов атаки с разных позиций на площадке.		
Тема 5.8. Совершенствование техники владения волейбольным мячом.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Совершенствование техники изученных приёмов. Учебная игра с применением изученных приемов. Совершенствование техники владения техническими элементами в волейболе. Совершенствование техники выполнения специальных упражнений.		
Тема 5.9. Одиночное и групповое блокирование, игра после блока, страховка блока.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Обучение одиночного и группового блокирования, игра после блока, страховка блока. Учебная игра с применением изученных приемов. Выполнения специальных упражнений.		
Тема 5.10. Двусторонняя игра.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Обучение различных вариантов схем игры в волейболе. Учебная игра с применением изученных схем. Техника владения техническими элементами в волейболе. Совершенствование техники выполнения специальных упражнений.		
	Самостоятельная работа	10	
	Внеаудиторные занятия в спортивных секциях.		

Раздел 6. Гимнастика.		10	
Тема 6.1. Общеразвивающие упражнения.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Выполнение оздоровительных и профилактических упражнений, развивающие силу, выносливость, координацию, гибкость, равновесие. Повышение уровня ОФП. Выполнение общеразвивающих упражнений.		
Тема 6.2. Комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Организация занятий физическими упражнениями различной направленности. Повышение уровня ОФП. Выполнение упражнений вводной и производственной гимнастики.		
Тема 6.3. Упражнения в паре с партнером.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Выполнение упражнений в паре с партнером. Повышение уровня ОФП.		
Тема 6.4. Упражнения с гантелями, со скакалкой, упражнения с мячом.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Овладение техники работы с гантелями. Овладение техники работы со скакалкой. Овладение техники работы с мячом. Повышение уровня ОФП.		
Тема 6.5. Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Овладение упражнениями для профилактики профессиональных заболеваний. Повышение уровня ОФП. Владение упражнениями в чередовании напряжения с расслаблением. Владение упражнениями для коррекции нарушений осанки. Владение упражнениями на внимание. Владение упражнениями у гимнастической стенки. (висы и упоры).		
	Самостоятельная работа	5	
	Самостоятельная работа над оздоровительной программой в гимнастике (для студентов специальной медицинской группы).		

Раздел 7. Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах.		16	
Тема 7.1. Техника безопасности занятий.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Техника безопасности во время нахождения в тренажёрном зале. Решать задачи коррекции фигуры.		
Тема 7.2. Работа на тренажерах, силовые характеристики движений.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Воспитывать абсолютную и относительную силу избранных групп мышц. Совершенствовать регуляцию мышечного тонуса. Дифференцировка силовых характеристик движений. Использовать круговой метод тренировки для развития силы.		
Тема 7.3. Круговой метод тренировки на тренажерах.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Воспитывать абсолютную и относительную силу избранных групп мышц. Совершенствовать регуляцию мышечного тонуса. Дифференцировка силовых характеристик движений. Использовать круговой метод тренировки для развития силы.		
Тема 7.4. Работа с эспандерами, амортизаторами из резины.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Воспитывать абсолютную и относительную силу избранных групп мышц. Совершенствовать регуляцию мышечного тонуса. Дифференцировка силовых характеристик движений. Использовать круговой метод тренировки для развития силы.		
Тема 7.5. Упражнения для развития силы с гантелями, гирей, штангой.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Воспитывать абсолютную и относительную силу групп мышц работая с гантелями, гирей, штангой. Совершенствовать регуляцию мышечного тонуса. Дифференцировка силовых характеристик движений. Использовать круговой метод тренировки для развития силы.		
Тема 7.6. Выполнение комплексных упражнений на тренажерах.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Воспитывать абсолютную и относительную силу избранных групп мышц. Совершенствовать регуляцию мышечного тонуса. Дифференцировка силовых характеристик движений. Использовать круговой метод тренировки для развития силы.		

Тема 7.7. Упражнения для развития мышц плечевого пояса.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Воспитывать абсолютную и относительную силу групп мышц плечевого пояса. Совершенствовать регуляцию мышечного тонуса. Дифференцировка силовых характеристик движений. Использовать круговой метод тренировки.		
Тема 7.8. Упражнения для развития мышц брюшного пресса.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Воспитывать абсолютную и относительную силу групп мышц брюшного пресса. Совершенствовать регуляцию мышечного тонуса. Дифференцировка силовых характеристик движений. Использовать круговой метод тренировки.		
	Самостоятельная работа	8	
	Внеаудиторные занятия в спортивных секциях.		
	Раздел 8.Элементы единоборств.	8	
Тема8.1. Приемы самообороны.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Приемы самообороны и защиты. Технику безопасности в ходе единоборств. Силовые упражнения. Развивать физические качества. Статическую и динамическую силы. Силовую выносливость, общую выносливость, гибкость. Формировать психофизические навыки - предчувствие, выбор правильного решения, настойчивость, терпение.		
Тема 8.2. Овладение приемами самообороны, подвижные игры.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Приемы самообороны и защиты. Технику безопасности в ходе единоборств. Силовые упражнения. Развивать физические качества. Статическую и динамическую силы. Силовую выносливость, общую выносливость, гибкость. Формировать психофизические навыки - предчувствие, выбор правильного решения, настойчивость, терпение.		
Тема 8.3. Приемы борьбы лежа и стоя.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Приемы самообороны и защиты. Технику безопасности в ходе единоборств. Силовые упражнения. Развивать физические качества. Статическую и динамическую силы. Силовую выносливость, общую выносливость, гибкость. Формировать психофизические навыки - предчувствие, выбор правильного решения, настойчивость, терпение.		

Тема 8.4. Силовые упражнения. Единоборства в парах.	Содержание / Практические занятия	2	2
	Приемы самозащиты и защиты. Технику безопасности в ходе единоборств. Силовые упражнения. Развивать физические качества. Статическую и динамическую силы. Силовую выносливость, общую выносливость, гибкость. Формировать психофизические навыки - предчувствие, выбор правильного решения, настойчивость, терпение.		
	Самостоятельная работа	4	
	Составление комплексов упражнений в элементах единоборств.		
	Раздел 9. Дифференцированный зачёт.		
Тема 9.1. Дифференцированный зачёт.	Содержание / Практические занятия	1	2
	Подведение итогов пройденных тем. Сдача контрольно-оценочных нормативов по пройденным темам.		
	Самостоятельная работа	1	
	Самостоятельная работа над упражнениями дифференцированного зачета.		
	Итого:		
	Максимальная учебная нагрузка (всего)	176	
	Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	117	
	Самостоятельная работа обучающегося (всего)	59	

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 ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.

Реализация программы дисциплины требует наличия открытой спортивной площадки широкого профиля, спортивного зала.

Оборудование учебного кабинета и спортивного зала:

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

Оборудование и инвентарь спортивного зала.

Основной:

стенка гимнастическая, перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической, гимнастические скамейки, тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, стойки для прыжков в высоту, ковер борцовский или татами, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири, секундомеры, баскетбольные щиты с кольцами, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, сетка волейбольная, волейбольные мячи.

Дополнительный:

гимнастические снаряды (конь, козёл), канат, зона приземления для прыжков в высоту, беговая дорожка, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления, сетки баскетбольные, антенны волейбольные с карманами, ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, мячи для мини-футбола и др.

Для проведения учебно-методических занятий используется комплект мультимедийного и коммуникационного оборудования: электронные носители, компьютеры для аудиторной и внеаудиторной работы.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий

1. Инновации в физическом воспитании: учебное пособие / И.В. Манжелей, - М. – Берлин: Директ-Медиа, 2015.-147с.
2. Профессионально-оздоровительная физическая культура студента: учебное пособие / А.А. Бишаева. – Москва: КНОРУС, 2017. - 300с. - (Бакалавриат).
3. Основы реабилитации: ПМ 02. Участие в лечебно-диагностическом и реабилитационном процессе / Т.Ю. Быковская [и др.]; под. ред. Б.В. Кабарухина –Ростов н/Д, Феникс, 2015.- 430 [1] с. – (Среднее медицинское образование).
4. Физическая культура: учебник/ В.С. Кузнецов, Г.А. Колодицкий.- 2-е изд., стер. - М.: КНОРУС, 2017. - 256 с.- (Среднее профессиональное образование).
5. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / [Н.В Решетников, Ю.Л. Кислицын, Р.Л. Палтиевич , Г.И. Погадаев]. – 18-е изд., стер - М. :Издательский центр «Академия», 2017-176 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД 06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

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

Оценка уровня физической подготовленности юношей основного и подготовительного учебного отделения

Тесты	Оценка в баллах		
	5	4	3
1. Бег 3 000 м (мин, с)	12,30	14,00	б/вр
4. Приседание на одной ноге с опорой о стену (количество раз на каждой ноге)	10	8	5
5. Прыжок в длину с места (см)	230	210	190
6. Бросок набивного мяча 2 кг из-за головы (м)	9,5	7,5	6,5
7. Силовой тест — подтягивание на высокой перекладине (количество раз)	13	11	8
8. Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (количество раз)	12	9	7
9. Координационный тест — челночный бег 3x10 м (с)	7,3	8,0	8,3
10. Поднимание ног в висе до касания перекладины (количество раз)	7	5	3
11. Гимнастический комплекс упражнений: - утренней гимнастики; - производственной гимнастики; - релаксационной гимнастики (из 10 баллов)	До 9	До 8	До 7,5

Примечание. Упражнения и тесты по профессионально-прикладной подготовке разрабатываются кафедрами физического воспитания с учетом специфики профессий (специальностей) профессионального образования.

Оценка уровня физической подготовленности девушек основного и подготовительного учебного отделения

Тесты	Оценка в баллах		
	5	4	3
1. Бег 2 000 м (мин, с)	11,00	13,00	б/вр
2. Прыжки в длину с места (см)	190	175	160
3. Приседание на одной ноге, опора о стену (количество раз на каждой ноге)	8	6	4
4. Силовой тест — подтягивание на низкой перекладине (количество раз)	20	10	5

Тесты	Оценка в баллах		
	5	4	3
7. Координационный тест — челночный бег 3x10 м (с)	8,4	9,3	9,7
8. Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы (м)	10,5	6,5	5,0
9. Гимнастический комплекс упражнений: утренней гимнастики; производственной гимнастики; релаксационной гимнастики (из 10 баллов)	До 9	До 8	До 7,5

Примечание. Упражнения и тесты по профессионально-прикладной подготовке разрабатываются кафедрами физического воспитания с учетом специфики профессий (специальностей) профессионального образования.

Требования к результатам обучения студентов специальных медицинских групп

- Уметь определить уровень собственного здоровья по тестам.
- Уметь составить и провести с группой комплексы упражнений утренней и производственной гимнастики.
- Овладеть элементами техники движений: релаксационных, беговых, прыжковых, ходьбы на лыжах, в плавании.
- Уметь составлять комплексы физических упражнений для восстановления работоспособности после умственного и физического утомления.
- Уметь применять на практике приемы массажа и самомассажа.
- Овладеть техникой спортивных игр по одному из избранных видов.
- Повышать аэробную выносливость с использованием циклических видов спорта (терренкура, кроссовой и подготовки).
- Овладеть системой дыхательных упражнений в процессе выполнения движений для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений.
- Знать состояние своего здоровья, уметь составить и провести индивидуальные занятия двигательной активности.
- Уметь определять индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями.
- Знать основные принципы, методы и факторы ее регуляции.
- Уметь выполнять упражнения:
 - сгибание и выпрямление рук в упоре лежа (для девушек — руки на опоре высотой до 50 см);
 - подтягивание на перекладине (юноши);
 - поднятие туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (девушки);
 - прыжки в длину с места;
 - бег 100 м;
 - бег: юноши — 3 км, девушки — 2 км (без учета времени);

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
Умения:	
<p>У 1 - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.</p> <p>У 2 - владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p> <p>У 3 - владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств.</p>	<p>Оценка результатов выполнения комплексов упражнений, тестирования физических качеств по дневнику самоконтроля.</p>
Знания:	
<p>З 1 - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека.</p> <p>З 2 - основы здорового образа жизни.</p> <p>З 3 - владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.</p> <p>З 4 - владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).</p>	<p>Оценка результатов тестирования, физической подготовленности студентов по видам спорта.</p> <p>Оценка выполнения практического задания: комплексы глазодвигательной, дыхательной, коррекционной гимнастики; ЛФК массаж по заболеваниям.</p>

ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ ОК

Название ОК		Технологии формирования ОК (на учебных занятиях)
ОК 1	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Приводит примеры, подтверждающие значимость выбранной профессии ▪ составляет рефераты, сообщения, доклады
ОК 2	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	<ul style="list-style-type: none"> • организует рабочее место ▪ проектирует способы выполнения физических задач ▪ оценивает качество их решения в соответствии с эталоном ▪ демонстрирует собственную деятельность согласно алгоритму
ОК 3	Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ анализирует стандартные и нестандартные задачи ▪ выбирает наиболее удачные алгоритмы решения задач ▪ принимает ответственное решение
ОК 4	Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ находит источник информации по заданному вопросу; ▪ выделяет информацию, необходимую для создания проектов, видеопрезентаций и написания рефератов по математике; ▪ извлекает информацию из одного или нескольких источников и систематизирует её; ▪ использует информацию для личностного развития.
ОК 5	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ пользуется Интернет-ресурсом для извлечения информации, необходимой для самостоятельной работы при изучении математики.
ОК 6	Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями	<ul style="list-style-type: none"> ▪ участвует в групповом обсуждении, высказываясь по заданному вопросу, аргументировано отвергает или принимает идеи; ▪ правильно использует терминологию при решении заданий по математике.
ОК 7	Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения задания.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ организует рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.
ОК 8	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение своей квалификации.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ оценивает собственное продвижение в изучении математики; ▪ называет трудности, с которыми столкнулся в процессе изучения математики и планирует способы их преодоления; ▪ указывает «точки успеха» и «точки роста»; ▪ принимает решения о необходимости самообразования с целью повышения знаний и умений в области математики; ▪ анализирует запрос на внутренние ресурсы для решения различных задач

ОК 9	Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ использует информационные технологии для отслеживания изменений в области профессиональной деятельности ▪ вносит изменения в свою деятельность в соответствии с современными требованиями
ОК 10	Бережно относится к историческому наследию и культурным традициям народа, уважать социальные, культурные и религиозные различия.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ демонстрирует уважение к великим ученым ▪ составляет рефераты (сообщения) про великих математиков.
ОК 11	Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу и человеку.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ дает оценку отношения человека к природе, обществу и человеку ▪ приводит примеры бережного отношения к природе ▪ демонстрирует свои действия по сохранению природы ▪ участвует в волонтерском движении по сохранению природы, оздоровлению общества и человека
ОК 12	Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ понимает значение здорового образа жизни для укрепления здоровья и достижения жизненных и профессиональных целей ▪ объясняет физиологические процессы, происходящие в организме при занятии физической культурой и спортом с математической точки зрения

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ

№ изменения, дата внесения изменения; № страницы с изменением;	
БЫЛО	СТАЛО
Основание:	
Подпись лица внесшего изменения	

СТЫЦЮКОВ АЛЕКСЕЙ АНАТОЛЬЕВИЧ

преподаватель

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФФЕСИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«АРМАВИРСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ОУД.06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

по специальности 33.02.01 Фармация

составлена на основе ФГОС СПО

уровень подготовки среднего профессионального образования – базовый

форма обучения очная

квалификация – Фармацевт