

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

УТВЕРЖДАЮ
ИО директора ГБПОУ
«Армавирский медицинский колледж»
Н. М. Михальцова
Приказ от «17» июня 2024 года
№ 215 – ОД

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
в рамках программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности 31.02.01 Лечебное дело
составлена на основе ФГОС СПО
форма обучения очная
квалификация – Фельдшер

Армавир
2024




АКТУАЛИЗИРОВАНО
ИО ДИРЕКТОРА ГБПОУ АМК
НМ Михальцева
ПРИКАЗ ОТ 30. 08, 2024 № 269-ОД

Рассмотрено и одобрено на заседании ЦК социально-гуманитарных дисциплин
Протокол 9 № от «28» мая 2024 года

Председатель ЦК  Е.Г. Волкова

Рекомендовано к утверждению экспертным советом ГБПОУ «Армавирского медицинского колледжа»
Протокол № 5 от «17» июня 2024 года

Председатель экспертного совета  Н. М. Михальцова

Рекомендовано к использованию экспертным советом ГБПОУ «Армавирского медицинского колледжа»
Заключение экспертного совета № 5 от «17» июня 2024 года

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

Составитель:

преподаватель ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж»  С.А. Гнутов

Рецензенты:

Внутренняя рецензия:

методист ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж» Т.Г. Сердюк

Внешняя рецензия:

старший преподаватель кафедры физической культуры и медико-биологических дисциплин ФГБОУ ВО Армавирский государственный педагогический университет И.В. Кондратюк

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 31.02.01 Лечебное дело, утвержденного приказом Министерства просвещения России от 04 июля 2022 года №526, зарегистрированного в Минюсте России от 5 августа 2022 года № 69542.

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 31.02.01 Лечебное дело в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности.

РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу по учебной дисциплине СГ.04 Физическая культура по специальности 31.02.01 Лечебное дело (форма обучения - очная, квалификация - фельдшер), выполненную руководителем физического воспитания, преподавателем
ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж» Гнутовым С.А.

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 31.02.01 Лечебное дело, утвержденного приказом Министерства просвещения России от 04 июля 2022 года №526, зарегистрированного в Минюсте России от 5 августа 2022 года № 69542.

Рабочая программа структурирована по разделам и темам. В результате освоения дисциплины обучающийся осваивает физическую культуру, как часть культуры общества и человека, различные виды физкультурно-спортивной деятельности. В программе указаны объем учебной дисциплины в часах и видах учебной работы, определена форма контроля в рамках промежуточной аттестации (дифференцированный зачет). Для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины созданы контрольно-оценочные средства.

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

Содержание программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» направлено на достижение следующих целей: развитие у обучающихся двигательных навыков, совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности, гармоническое физическое развитие, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни будущего квалифицированного специалиста, на основе национально - культурных ценностей и традиций, формирование мотивации и потребности к занятиям физической культурой у будущего квалифицированного специалиста.

Учебно-методическое, информационное и материально-техническое обеспечение условий реализации дисциплины содержит списки основной, дополнительной литературы, адреса современных образовательных сайтов, а также перечни оборудования учебного кабинета и технических средств обучения. Все это служит проведению учебной работы в соответствии с требованиями стандарта.

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

В результате, обучающиеся приобретают знания овладевают умениями по следующим компетенциям:

- ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
- ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
- ПК 3.1. Проводить доврачебное функциональное обследование и оценку функциональных возможностей пациентов и инвалидов с последствиями травм, операций, хронических заболеваний на этапах реабилитации
- ПК 4.2. Проводить санитарно-гигиеническое просвещение населения.

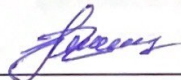
Рекомендации, замечания.

Замечаний нет.

Заключение:

Рабочая программа по дисциплине СГ.04 Физическая культура, выполненная руководителем физического воспитания, преподавателем Гнутовым С.А. может быть использована для обеспечения образовательной программы по специальности 31.02.01 Лечебное дело (форма обучения - очная, квалификация - фельдшер)

Рецензент _____



И.В. Кондратьюк

старший преподаватель кафедры физической культуры и медико-биологических дисциплин ФГБОУ ВО «Армавирский государственный педагогический университет»



РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу по учебной дисциплине СГ.04 Физическая культура по специальности 31.02.01 Лечебное дело (форма обучения - очная, квалификация - фельдшер), выполненную руководителем физического воспитания, преподавателем
ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж» Гнутовым С.А.

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 31.02.01 Лечебное дело, утвержденного приказом Министерства просвещения России от 04 июля 2022 года №526, зарегистрированного в Минюсте России от 5 августа 2022 года № 69542.

Рабочая программа структурирована по разделам и темам. В результате освоения дисциплины обучающийся осваивает физическую культуру, как часть культуры общества и человека, различные виды физкультурно-спортивной деятельности. В программе указаны объем учебной дисциплины в часах и видах учебной работы, определена форма контроля в рамках промежуточной аттестации (дифференцированный зачет). Для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины созданы контрольно-оценочные средства.

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

Содержание программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» направлено на достижение следующих целей: развитие у обучающихся двигательных навыков, совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности, гармоничное физическое развитие, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни будущего квалифицированного специалиста, на основе национально - культурных ценностей и традиций, формирование мотивации и потребности к занятиям физической культурой у будущего квалифицированного специалиста.

Учебно-методическое, информационное и материально-техническое обеспечение условий реализации дисциплины содержит списки основной, дополнительной литературы, адреса современных образовательных сайтов, а также перечни оборудования учебного кабинета и технических средств обучения. Все это служит проведению учебной работы в соответствии с требованиями стандарта.

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

В результате, обучающиеся приобретают знания овладевают умениями по следующим компетенциям: ОК 04, ОК 08, ПК 3.1., ПК 4.2.

Рекомендации, замечания.

Замечаний нет.

Заключение:

Рабочая программа по дисциплине СГ.04 Физическая культура, выполненная руководителем физического воспитания, преподавателем Гнутовым С.А. может быть использована для обеспечения образовательной программы по специальности 31.02.01 Лечебное дело (форма обучения - очная, квалификация - фельдшер)

Рецензент



Т.Г. Сердюк
методист ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж»

СОДЕРЖАНИЕ

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	СТР. 4
СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14
КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	20
ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ	25

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ СГ.04 Физическая культура

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 31.02.01 Лечебное дело.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 04, ОК 08.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Коды ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 04 ОК 08	Уметь: организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности; использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Знать: психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности; роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для данной специальности; правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности

Приложение 1

Паспорт общих компетенций (ОК) по специальности 31.02.01 Лечебное дело.

Приложение 2

Паспорт профессиональных компетенций (ПК) по специальности 31.02.01 Лечебное дело.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются личностные результаты в соответствии с требованиями ФГОС:

Коды результатов	Планируемые результаты освоения дисциплины включают
ЛР 01	Осознающий себя гражданином России и защитником Отечества, выражающий свою российскую идентичность в поликультурном и многоконфессиональном российском обществе и современном мировом сообществе. Сознательный свое единство с народом России, с Российским государством, демонстрирующий ответственность за развитие страны. Проявляющий готовность к защите Родины, способный аргументированно отстаивать суверенитет и достоинство народа России, сохранять и защищать историческую правду о Российском государстве.
ЛР 04	Проявляющий и демонстрирующий уважение к труду человека, осознающий ценность собственного труда и труда других людей. Экономически активный, ориентированный на осознанный выбор сферы профессиональной деятельности с учетом личных жизненных планов, потребностей своей семьи, российского общества. Выражающий осознанную готовность к получению профессионального образования, к непрерывному образованию в течение жизни Демонстрирующий позитивное отношение к регулированию трудовых отношений. Ориентированный на самообразование и профессиональную переподготовку в условиях смены технологического уклада и сопутствующих социальных перемен. Стремящийся к формированию в сетевой среде личностно и профессионального конструктивного «цифрового следа».
ЛР 09	Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде.
ЛР 11	Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры. Критически оценивающий и деятельно проявляющий понимание эмоционального воздействия искусства, его влияния на душевное состояние и поведение людей. Бережливо относящийся к культуре как средству коммуникации и самовыражения в обществе, выражающий сопричастность к нравственным нормам, традициям в искусстве. Ориентированный на собственное самовыражение в разных видах искусства, художественном творчестве с учётом российских традиционных духовно-нравственных ценностей, эстетическом обустройстве собственного быта. Разделяющий ценности отечественного и мирового художественного наследия, роли народных традиций и народного творчества в искусстве. Выражающий ценностное отношение к технической и промышленной эстетике.

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04 Физическая культура

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
Объем образовательной программы учебной дисциплины	168
в т.ч. в форме практической подготовки	
теоретические занятия	10
лабораторные работы	0
практические занятия	156
контрольные работы	0
Самостоятельная работа	-
Промежуточная аттестация в форме дифференцированный зачет	2

Вариативная часть – не предусмотрена

2.2. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Коды компетенций и личностных результатов формирования которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Физическая культура и формирование ЗОЖ			
Тема 1.1. Здоровый образ жизни.	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 08 ПК 4.2. ЛР 1, ЛР 4, ЛР 9, ЛР 11
	Здоровье населения России. Факторы риска и их влияние на здоровье. Современная концепция здоровья и здорового образа жизни. Мотивация ЗОЖ. Критерии эффективности здорового образа жизни. его основные методы, показатели и критерии оценки, использование методов стандартов, антропометрических индексов, номограмм, функциональных проб. Организм, среда, адаптация. Культура питания. Возрастная физиология. Организация жизнедеятельности, адекватная биоритмам. Культура здоровья и вредные пристрастия. Сексуальная культура – ключевой фактор психического и физического благополучия обучающегося. Культура психического здоровья. оптимизация умственной работоспособности обучающегося в образовательном процессе. Средства физической культуры в регуляции работоспособности. Формирование валеологической компетенции в оценке уровня своего здоровья и формирования ЗОЖ. Особенности организации физического воспитания в образовательном учреждении (валеологическая и профессиональная направленность). Цели и задачи физической культуры.		
	Практические занятия №	0	
	Не предусмотрены		
Раздел 2. Легкая атлетика			
Тема 2.1. Совершенствование техники бега на короткие дистанции, техники спортивной ходьбы.	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		
	Практические занятия	6	
	Биомеханические основы техники бега; техники низкого старта и стартового ускорения;		

	бег по дистанции; финиширование, специальные упражнения.		
Тема 2.2. Совершенствование техники длительного бега.	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		
	Практические занятия	6	
	Совершенствование техники длительного бега во время кросса до 15-20 минут.		
Тема 2.3. Совершенствование техники прыжка в длину с места, с разбега.	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		
	Практические занятия	6	
	Специальные упражнения прыгуна (многоскоки, ускорения, маховые упражнения для рук и ног), ОФП.		
Тема 2.4. Эстафетный бег 4x100. Челночный бег.	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		
	Практические занятия	6	
	Выполнение эстафетного бега 4x100, челночного бега.		
Тема 2.5. Выполнение контрольных нормативов в беге и прыжках.	Содержание учебного материала		ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрены		ЛР 9, ЛР 11
	Практические занятия	6	
	Выполнение контрольных нормативов в беге, прыжок в длину с места, с разбега способом «согнув ноги», бег на выносливость. Зачёт.		
Раздел 3. Волейбол			
Тема 3.1. Стойки игрока и перемещения. Общая физическая	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		
	Практические занятия	4	

подготовка (ОФП).	Выполнение перемещения по зонам площадки, выполнение тестов по ОФП.		
Тема 3.2. Приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками. ОФП.	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		
	Практические занятия	6	
	Выполнение упражнений на укрепление мышц кистей, плечевого пояса, брюшного пресса, мышц ног.		
Тема 3.3. Нижняя прямая и боковая подача. ОФП.	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		
	Практические занятия	6	
	Выполнение упражнений на укрепление мышц кистей, плечевого пояса, брюшного пресса, мышц ног.		
Тема 3.4. Верхняя прямая подача. ОФП.	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		
	Практические занятия	6	
	Выполнение упражнений на укрепление мышц кистей, плечевого пояса, брюшного пресса, мышц ног.		
Тема 3.5. Тактика игры в защите и нападении.	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		
	Практические занятия	6	
	Отработка тактики игры, выполнение приёмов передачи мяча.		
Тема 3.6. Основы методики судейства.	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		
	Практические занятия	6	

	Отработка навыков судейства в волейболе.		
Тема 3.7. Контроль выполнения тестов по волейболу.	Содержание учебного материала		ПК 3.1., ПК 4.2.
	Не предусмотрены		ОК 04, ОК 08
	Практические занятия	6	ЛР 9, ЛР 11
	Выполнение передачи мяча в парах. Игра по упрощённым правилам волейбола. Игра по правилам. Зачёт.		
Раздел 4. Баскетбол			
Тема 4.1. Стойка игрока, перемещения, остановки, повороты. ОФП.	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		
	Практические занятия	8	
	Выполнение упражнений для укрепления мышц плечевого пояса, ног		
Тема 4.2. Передачи мяча. ОФП.	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		
	Практические занятия	8	
	Выполнение упражнений для развития скоростно-силовых и координационных способностей, упражнений для развития верхнего плечевого пояса.		
Тема 4.3. Ведение мяча и броски.	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		
	Практические занятия	8	
	Ведение мяча и броски мяча в корзину с места, в движении, прыжком. ОФП. Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног, брюшного пресса. Зачёт.		
Тема 4.4. Техника штрафных бросков. ОФП.	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		

	Практические занятия	6	
	Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног		
Тема 4.5. Тактика игры.	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		
	Практические занятия	12	
	Тактика игры в защите и нападении. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам.		
Тема 4.6. Практика судейства в баскетболе.	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		
	Практические занятия	6	
	Практика в судействе соревнований по баскетболу. Выполнение контрольных упражнений: ведение змейкой с остановкой в два шага и броском в кольцо; штрафной бросок; броски по точкам; баскетбольная «дорожка». Зачёт.		
Раздел 5. Гимнастика			
Тема 5.1. Строевые приемы.	Содержание учебного материала	2	
	Строевые приемы		
	Практические занятия	2	
	Отработка строевых приёмов		
Тема 5.2. Техника акробатических упражнений.	Содержание учебного материала		ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрены		ЛР 9, ЛР 11
	Практические занятия	2	
	Отработка техники акробатических упражнений		
Раздел 6. Бадминтон. Атлетическая, дыхательная гимнастика			

Тема 6.1. Игровая стойка, основные удары в бадминтоне.	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		
	Практические занятия	4	
	Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног, брюшного пресса, комплексы упражнений атлетической и дыхательной гимнастики		
Тема 6.2. Подачи.	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		
	Практические занятия	6	
	Отработка подач		
Тема 6.3. Нападающий удар.	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		
	Практические занятия	4	
	Отработка атакующих ударов, нападающего удара «смеш»		
Тема 6.4. Судейство соревнований по бадминтону.	Содержание учебного материала		
	Не предусмотрены		
	Практические занятия	4	
	Игра по упрощённым правилам. Судейство соревнований по бадминтону. Контроль техники подач, ударов справа, слева. Контроль техники игры: одиночные, парные игры. Зачёт.		
Раздел 7. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)			
Тема 7.1. Сущность и содержание ППФП.	Содержание учебного материала	2	ОК 04, ОК 08 ПК 3.1., ПК 4.2. ЛР 1, ЛР 4, ЛР 9, ЛР 11
	Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов. Значение психофизической подготовки человека к профессиональной деятельности. Социально-экономическая обусловленность необходимости подготовки человека к профессиональной деятельности. Основные факторы и дополнительные факторы, определяющие конкретное содержание ППФП обучающихся с учетом специфики		

	<p>будущей профессиональной деятельности. Цели и задачи ППФП с учетом специфики будущей профессиональной деятельности. Профессиональные риски, обусловленные спецификой труда. Анализ профессиограммы. Средства, методы и методики формирования профессионально значимых двигательных умений и навыков. Средства, методы и методики формирования профессионально значимых физических и психических свойств и качеств. Средства, методы и методики формирования устойчивости к заболеваниям профессиональной деятельности. Прикладные виды спорта. Прикладные умения и навыки. Оценка эффективности ППФП</p>		
	Практические занятия	16	
	Разучивание, закрепление и совершенствование профессионально значимых двигательных действий. Формирование профессионально значимых физических качеств.		
Промежуточная аттестация по дисциплине дифференцированный зачёт		2	
Всего			168 часов

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для проведения занятий лекционного типа используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, презентационные и мультимедийные материалы.

Для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду колледжа.

Для проведения занятий аудиторного типа, практической подготовки с проведением текущего контроля и промежуточной аттестации достаточно специальных помещений (учебных кабинетов), оборудованных мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской, специальным оборудованием согласно паспорта кабинета.

Для реализации программы учебной дисциплины «Физическая культура» в наличие универсальный спортивный зал, оборудованные раздевалки с душевыми кабинами. Все объекты, которые используются при проведении занятий по физической культуре, отвечают действующим санитарным и противопожарным нормам.

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета:

- 1) Антенны волейбольные с карманами
- 2) Барьер универсальный (высота от 8 до 60 см) пластик
- 3) Блины 10 кг
- 4) Блины 15 кг
- 5) Блины 2,5
- 6) Блины 5 кг
- 7) Воланы для бадминтона WISH S-350 (12шт) нейлон
- 8) Гандбольные ворота, размер 300*100*200 см, d трубы 5 см.
- 9) Гантель обрезиненная наборная 10 кг
- 10) Гантель разборная чугунная STARFIT DB-712 5кг
- 11) Гимнастическая скамейка 1

- 12) Гиря
- 13) Граната для метания 700 гр
- 14) Гранаты для метания 500 гр
- 15) Гриф 1800 мм 25 мм RB -+72Т
- 16) Гриф хромированный TORRES, втулка 25мм, длина 1800мм, нагрузка до 150кг
- 17) Диск обрезиненный Starfit 1.25кг
- 18) Диск обрезиненный Starfit 2.5кг
- 19) Диск обрезиненный Starfit 5кг
- 20) Диск обрезиненный с ручками Starfit 10кг
- 21) Ковер борцовский 46 м2
- 22) Коврик туристический двухслойный 1800*600*8мм
- 23) Козел спортивный
- 24) Кольцо баскетбольное
- 25) Кольцо для щита
- 26) Конь гимнаст.
- 27) Кресло для руководителя ATLANT BX EC
- 28) Кресло
- 29) Лестница координатная JA-232 6м
- 30) Мат гимнастический складной 200x100x8 см (цветной, чехол винил-кожа, нап. Поролон
- 31) Мат гимнастический
- 32) Медицинбол 3 кг Аналитика
- 33) Медицинбол 4кг (тент, рез. Крошка)
- 34) Медицинбол 5кг (тент, рез. Крошка)
- 35) Медицинбол 6кг (кирза, резиновая крошка)
- 36) Медицинбол 9кг (кирза, резиновая крошка)
- 37) Мяч баскетбольный MIKASA 1150
- 38) Мяч баскетбольный SPALDING NBA Silver Series, p.6
- 39) Мяч баскетбольный Torres BM300 №6
- 40) Мяч баскетбольный Torres BM300, B00016, размер 6

- 41) Мяч волейбольный JOGEL p.5 ТПЕ
- 42) Мяч волейбольный Mikasa V200W, p.5, оф мяч FIVB, синт.кожа
- 43) Мяч волейбольный Mikasa V300W P.5 оф.парам. FIVB микрофибра
- 44) Мяч волейбольный TORRES BM 400
- 45) Мяч волейбольный Torres BM400, V30015, размер 5
- 46) Мяч гандбольный TORRES Club p.2
- 47) Мяч для метания d 6см, вес 150 гр резина .
- 48) Мячи для настольного тенниса Huieson Train D40+ 20шт
- 49) Наколенники волейбольные
- 50) Ноутбук Lenovo V15 G1 IML 15.6"FHD Ci3 10110U/8Gb/256G SSD/Intel HD/wifi/grey
- 51) Облучатель-рециркулятор воздуха с передвижной подставкой ОВУ-04.1
- 52) Обруч алюминиевый диам. 900 мм 360 гр.
- 53) Палка гимнастическая деревянная 1100мм диам.22 Лак
- 54) Палки гимнастические деревянные 1 м 10
- 55) Перекладина навесная 1200x510x660мм цельносварная, белая
- 56) Препятствие "Забор с наклонной доской"
- 57) Препятствие "Лабиринт"
- 58) Препятствие "Ров"
- 59) Препятствие "Стенка с двумя проломами"
- 60) Препятствие Одиночный окоп для стрельбы и метания гранат
- 61) Ракетка бадминтонная TORRES Court3
- 62) Ракетка для настольного тенниса DONIC Sensation Line Level 500
- 63) Ракетка для настольного тенниса DONIC Sensation Line Level 600
- 64) Сетка баскет.
- 65) Сетка волейб.
- 66) Сетка волейбольная профессиональная "EL LEON DE ORO"
- 67) Сетка гандбольная "KV.REZAC" арт.12055824 дл 3м. Выс 2м, гл по верху 0,8
- 68) Сетка для переноса 20 мячей, белый
- 69) СИЛОВОЙ КОМПЛЕКС СО СКАМЬЕЙ DFC HOME GYM D854

- 70) Силовой тренажер
- 71) Скакалка детская 2,5м, цветная резина, ручка пластмасса
- 72) Скакалка детская 3,8м, цветная резина, ручка пластмасса
- 73) Скамейка
- 74) Скамья для прессы Oxygen RENTON
- 75) Спортивный уличный комплекс (турник, брусья, скамья для прессы, шведская стенка)
- 76) Стена гимнастическая
- 77) Стойка волейбольная d трубы 8 см, длина 450 см
- 78) Стойка для гантелей и дисков трехуровневая
- 79) Стойка для обводки
- 80) Стол компьютерный
- 81) Стол письменный 1 тумбовый
- 82) Стол теннисный
- 83) Стол теннисный WINNER INDOOR
- 84) Счетчик н/т судейский 504
- 85) Тренажер
- 86) Тренажер для настольного тенниса Фора-Снайпер
- 87) Футбольные ворота. D трубы 7,5 см, размер 310*100*200 см.
- 88) Щит баскетбольный орг. стекло
- 89) Щит баскетбольный прозрачный
- 90) Щит баскетбольный размер 180 см*120 см.
- 91) Щит баскетбольный, размер 122 *104 см
- 92) Эспандер STARFIT набор латексных жгутов

Технические средства обучения:

- 1) мультимедийная установка,
- 2) экран,
- 3) интерактивная доска.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья колледжем могут быть предоставлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

В колледже согласно стандартам, имеются технические средства обучения, наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий (интерактивная доска, ноутбук, проектор, экран с возможностью масштабирования и применения экранной лупы), которые по всем параметрам соответствуют нормам обучения лиц с инвалидностью и ОВЗ.

Все учебные кабинеты оснащены тактильными табличками.

Учебные кабинеты для проведения практических занятий приспособлены для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья:

- 1) для слабослышащих – оборудованы звукоусиливающей аппаратурой,
 - 2) для слабовидящих – оборудованы дополнительным освещением и увеличительными средствами,
- для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата — увеличено расстояние между рядами парт и партами

3.2. Информационное обеспечение обучения

Для реализации программы библиотечный фонд колледжа имеет печатные и/ или электронные образовательные и информационные ресурсы, для использования в образовательном процессе.

При формировании библиотечного фонда колледж выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

3.2.1. Основные печатные издания

- 1) Бишаева А. А. Физическая культура: учеб. для студ. учреждений сред. проф. образования / А. А. Бишаева. – 9-е изд., стер. – М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2023. – 320 с. – ISBN 978-5-0054-1016-0

3.2.2. Основные электронные издания

- 1) Собянин, Ф. И. Физическая культура: учебник для студентов средних профессиональных учебных заведений / Ф. И. Собянин. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2022. – 215 с. (Среднее профессиональное образование) – ISBN 978-5-222-35159-8. – Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785222351598.html>

3.2.3. Дополнительные источники

- 1) Физическая культура : учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / [Н.В. Решетников, Ю.Л. Кислицын, Р.Л. Палтиевич, Г.И. Погадаев]. – 19-е изд., стер. --М. :Издательский центр «Академия», 2018. – 176 с.
- 2) Физическая культура: учебник для студентов средних профессиональных учебных заведений / Ф.И. Собянин. – Ростов н/Д: Феникс, 2020. – 221, [1] с. ил. – (Среднее профессиональное образование).
- 3) Физическая культура. 10-11 классы: учеб. для общеобразоват. организаций : базовый уровень / А.П. Матвеев.- М.: Просвещение, 2019. -319 с.: ил.
- 4) Физическая культура. 10-11 классы: учеб. для общеобразоват. организаций : базовый уровень / В.И. Лях. -8-е изд. – М.: Просвещение, 2020.-271с.: ил
- 5) Физическая культура : Базовый уровень :10 -11 классы : учебник / Г.И. Погадаев. – 6-е изд., - М. : Дрофа, 2019.- 287, [1]с. – (Российский учебник)

3.2.4. Интернет ресурсы

- 1) ВФСК ГТО <https://www.gto.ru/>

В колледже имеются электронно-библиотечные системы (ЭБС), которые способствуют правильному формированию информационной культуры и компетентности всего образовательного процесса, в том числе детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья. В читательском зале организован свободный доступ для самостоятельной работы на ПК с выходом в сеть Интернет.

Все обучающиеся, в том числе дети-инвалиды и дети с ограниченными возможностями здоровья:

- имеют доступ в электронно-библиотечные системы;
- в полном объеме обеспечены необходимыми бесплатными учебниками и учебными пособиями;
- имеют свободный доступ для самостоятельной работы на ПК с выходом в сеть Интернет.

Для учащихся с нарушениями слуха библиотека оборудована звукоусиливающей аппаратурой, для слабовидящих — дополнительным освещением и увеличительными средствами.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

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

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины		
Знать: роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для данной специальности; правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности	обучающийся понимает роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; ведёт здоровый образ жизни; понимает условия деятельности и знает зоны риска физического здоровья для данной специальности; проводит индивидуальные занятия физическими упражнениями различной направленности	Устный опрос. Тестирование. Результаты выполнения контрольных нормативов
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины		
Уметь: 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 специальности;	обучающийся использует физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользуется средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности; выполняет контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартом при соответствующей	Выполнение комплекса упражнений. Регулирование физической нагрузки. Владение навыками контроля и оценки. Подбор средств и методов занятий

выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартом при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма	тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организм	
--	---	--

Общая компетенция		Индикаторы достижения компетенции	
№	Формулировка	Уметь	Знать
ОК 04	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	У1. организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности	З1. психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	У1. 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 специальности	З1. роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения

Профессиональная компетенция		Индикаторы достижения компетенции		
№	Формулировка	Навыки	Уметь	Знать
ПК 3.1.	Проводить доврачебное функциональное обследование и	Н1. проведения доврачебного функционального обследования и оценки функциональных возможностей пациентов, в том	У1. проводить доврачебное обследование пациентов, в том числе инвалидов, с последствиями травм, операций, хронических заболеваний на	З1. порядок организации медицинской реабилитации; З2. функциональные последствия заболеваний (травм),

	оценку функциональных возможностей пациентов и инвалидов с последствиями травм, операций, хронических заболеваний на этапах реабилитации	числе инвалидов, с последствиями травм, операций, хронических заболеваний на этапах реабилитации; Н2. направления пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации, к врачам-специалистам для назначения и проведения мероприятий медицинской реабилитации, в том числе при реализации индивидуальной программы реабилитации или абилитации инвалидов;	этапах реабилитации, проводить оценку функциональных возможностей пациента, Определять реабилитационный потенциал с учетом диагноза, возрастных особенностей У2. методы определения реабилитационного потенциала пациента и правила формулировки реабилитационного диагноза; правила составления, оформления и реализации индивидуальных	методы доврачебного функционального обследования пациентов, в том числе инвалидов, с последствиями травм, операций, хронических заболеваний на этапах реабилитации, Международная классификация функционирования (МКФ); 33. методы определения реабилитационного потенциала пациента и правила формулировки реабилитационного диагноза
ПК 4.2.	Проводить санитарно-гигиеническое просвещение населения	Н1. проведения мероприятий по формированию здорового образа жизни у населения; Н2. проведения неспецифических и специфических мероприятий по профилактике неинфекционных заболеваний и коррекции факторов риска их развития, снижению детской и материнской смертности; Н3. проведения индивидуального и группового профилактического консультирования населения, в том числе несовершеннолетних.	У1. проводить работу по реализации программ здорового образа жизни, в том числе программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ; У2. проводить индивидуальные (групповые) беседы с населением в пользу здорового образа жизни, по вопросам личной гигиены, гигиены труда и отдыха, здорового питания, по уровню физической активности, отказу от курения табака и потребления алкоголя, мерам профилактики предотвратимых болезней; У3. проводить консультации по	31. информационные технологии, организационные формы и методы по формированию здорового образа жизни населения, в том числе программы снижения веса, потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ; 32. рекомендации по вопросам личной гигиены, контрацепции, здорового образа жизни, профилактике заболеваний.

			<p>вопросам планирования семьи;</p> <p>У4. формировать общественное мнение в пользу здорового образа жизни, мотивировать население на здоровый образ жизни или изменение образа жизни, улучшение качества жизни, информировать о способах и программах отказа от вредных привычек;</p> <p>У5. проводить профилактическое консультирование населения с выявленными хроническими заболеваниями и факторами риска их развития.</p>	
--	--	--	---	--

Коды результатов	Планируемые результаты освоения дисциплины включают
ЛР 01	Осознающий себя гражданином России и защитником Отечества, выражающий свою российскую идентичность в поликультурном и многоконфессиональном российском обществе и современном мировом сообществе. Сознательный свое единство с народом России, с Российским государством, демонстрирующий ответственность за развитие страны. Проявляющий готовность к защите Родины, способный аргументированно отстаивать суверенитет и достоинство народа России, сохранять и защищать историческую правду о Российском государстве.
ЛР 04	Проявляющий и демонстрирующий уважение к труду человека, осознающий ценность собственного труда и труда других людей. Экономически активный, ориентированный на осознанный выбор сферы профессиональной деятельности с учетом личных жизненных планов, потребностей своей семьи, российского общества. Выражающий осознанную готовность к получению профессионального образования, к непрерывному образованию в течение жизни. Демонстрирующий позитивное отношение к регулированию трудовых отношений. Ориентированный на самообразование и профессиональную переподготовку в условиях смены технологического уклада и сопутствующих социальных перемен. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионально конструктивного «цифрового следа».
ЛР 09	Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм

	зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде.
ЛР 11	Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры. Критически оценивающий и деятельно проявляющий понимание эмоционального воздействия искусства, его влияния на душевное состояние и поведение людей. Бережливо относящийся к культуре как средству коммуникации и самовыражения в обществе, выражающий сопричастность к нравственным нормам, традициям в искусстве. Ориентированный на собственное самовыражение в разных видах искусства, художественном творчестве с учётом российских традиционных духовно-нравственных ценностей, эстетическом обустройстве собственного быта. Разделяющий ценности отечественного и мирового художественного наследия, роли народных традиций и народного творчества в искусстве. Выражающий ценностное отношение к технической и промышленной эстетике.

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ

БЫЛО	СТАЛО
ОК 06 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	ОК 06 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения
ОБОСНОВАНИЕ	
ОТВЕТСТВЕННЫЙ	

Гнутов Станислав Александрович

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
по специальности 31.02.01 Лечебное дело
составлена на основе ФГОС СПО
форма обучения очная
квалификация фельдшер