

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 34.02.01 Сестринское дело
составлена на основе ФГОС СПО
форма обучения очная
квалификация – Медицинская сестра / Медицинский брат

Армавир
2024



АКТУАЛИЗИРОВАНО
НО ДИРЕКТОРА ГБПОУ АМК
НМ МИХАЛЬЦОВА
ПРИКАЗ ОТ 30. 08. 2024 № 269-ОД

РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу по учебной дисциплине СГ.04 Физическая культура по специальности 34.02.01 Сестринское дело (форма обучения - очная, квалификация - медицинская сестра / медицинский брат), 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 34.02.01 Сестринское дело, утвержденного приказом Министерства просвещения России от 04 июля 2022 года №527, зарегистрированного в Минюсте России от 29 июля 2022 года № 69452.

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 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам
- 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 3.2. Пропагандировать здоровый образ жизни
- ПК 4.6. Участвовать в проведении мероприятий медицинской реабилитации.

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 34.02.01. Сестринское дело (форма обучения - очная, квалификация - медицинская сестра / медицинский брат)

Рецензент _____

И.В. Кондратюк

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 34.02.01 Сестринское дело (форма обучения - очная, квалификация - медицинская сестра / медицинский брат), 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 34.02.01 Сестринское дело, утвержденного приказом Министерства просвещения России от 04 июля 2022 года №527, зарегистрированного в Минюсте России от 29 июля 2022 года № 69452.

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 01, ОК 04, ОК 08, ПК 3.2., ПК 4.6.

Рекомендации, замечания.

Замечаний нет.

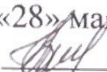
Заключение:

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 34.02.01. Сестринское дело (форма обучения - очная, квалификация - медицинская сестра / медицинский брат)

Рецензент

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



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 34.02.01 Сестринское дело, утвержденного приказом Министерства просвещения России от 04 июля 2022 года №527, зарегистрированного в Минюсте России от 29 июля 2022 года № 69452. Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 34.02.01 Сестринское дело в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	18
5. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ	22

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 34.02.01 Сестринское дело.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 06, 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 06, ОК 08, ПК 3.2., 4.6.	<ul style="list-style-type: none"> – использование разнообразных форм и видов 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; - проводить самоконтроль при занятиях 	<ul style="list-style-type: none"> - основ здорового образа жизни; - роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек, увеличение продолжительности жизни; - способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности; - правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности

	<p>физическими упражнениями;</p> <p>– 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>	
--	---	--

Приложение 1

Паспорт общих компетенций (ОК) по специальности 34.02.01 Сестринское дело.

Приложение 2

Паспорт профессиональных компетенций (ПК) по специальности 34.02.01 Сестринское 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 склонностей (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	110
в т.ч. в форме практической подготовки	
теоретические занятия	8
лабораторные работы	0
практические занятия	100
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 формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Основы формирования физической культуры личности			
Тема 1.1 Основы физической культуры	Содержание учебного материала		ОК 04, ОК 06, ОК 08
	Физическая культура личности человека, физическое развитие, физическая подготовка и подготовленность. Сущность и ценности физической культуры. Влияние занятий физическими упражнениями на достижение человеком жизненного успеха. Социально-биологические основы физической культуры и спорта (характеристика изменений, происходящих в организме человека под воздействием выполнения физических упражнений, в процессе регулярных занятий). Роль и место физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни.	2	ПК 3.2., ПК 4.6. ЛР 1, ЛР 4, ЛР 9, ЛР 11
	Двигательная активность и здоровье. Норма двигательной активности человека. Оценка двигательной активности и формирование оптимальной двигательной активности в зависимости от образа жизни человека. Средства, методы, принципы воспитания быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей.	2	
	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Организация занятий физическими упражнениями различной направленности. Основные принципы построения самостоятельных занятий и их гигиена. Методика самоконтроля, его основные методы и показатели. Ведение дневника самоконтроля	2	
	Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП). Цели и задачи с учетом специфики будущей профессиональной деятельности. Средства, методы и методики формирования значимых двигательных умений и навыков. Средства, методы и методики формирования профессионально значимых физических свойств и качеств.	2	
	Практические занятия №	0	
Не предусмотрены			
Раздел 2. Легкая атлетика			

Тема 2.1 Легкая атлетика	Содержание учебного материала		ОК 04, ОК 06, ОК 08
	Не предусмотрены		ПК 3.2., ПК 4.6.
	Практические занятия	22	ЛР 1, ЛР 4, ЛР 9, ЛР 11
	Легкая атлетика один из основных и наиболее массовых видов спорта. Техника бега на короткие, средние и длинные дистанции. Техника бега по прямой и виражу, на стадионе и пересеченной местности. Эстафетный бег. Техника спортивной ходьбы. Прыжки в длину. Метание гранаты. Техника бега на короткие дистанции. Разучивание, отработка, закрепление и совершенствование техники двигательных действий: принятие стартового положения низкого старта с последующим ускорением, бег на 30-40 м. Пробегание дистанции с максимальной скоростью, финиширование. Старт, стартовый разгон с низкого и высокого старта. Отрабатывать положение низкого старта, а также стартовое положение высокого старта с дальнейшим пробеганием дистанции 60 и 100 м. Установка колодок для низкого старта. Пробегание по дистанции. Техника бега на средние и длинные дистанции. Разучивание, отработка, закрепление и совершенствование техники двигательных действий. Бег с высокого старта на отрезках 30-40 м, а также 60-100-150 и т.д. Техника бега по пересеченной местности. Разучивание, отработка, закрепление и совершенствование техники двигательных действий. Бег по пересеченной местности. Преодоление дистанции, начиная с 500 м, постепенно увеличивая дистанцию до 2 км и 3 км. Эстафетный бег. Обучение передачи эстафеты снизу и сверху, левой и правой рукой. Техника спортивной ходьбы. Медленная спортивная ходьба с постановкой прямой ноги в коленном суставе. Спортивная ходьба на отрезках 200-500 м. Техника выполнения прыжка с разбега и с места. Выполнение прыжка «согнув ноги», разбег, отталкивание, полет, приземление. Метание гранаты в цель и на дальность. Общая физическая подготовка. Подвижные игры с элементами легкой атлетики. Зачет.		
Раздел 3. Атлетическая гимнастика			
Тема 3.1. Атлетическая гимнастика	Содержание учебного материала		ОК 04, ОК 06, ОК 08
	Не предусмотрены		ПК 3.2., ПК 4.6.
	Практические занятия	34	ЛР 1, ЛР 4, ЛР 9, ЛР 11
	Роль атлетической гимнастики в развитии физических качеств человека. Упражнения для развития основных мышечных групп. Развитие гибкости в процессе занятий атлетической		

	гимнастикой на основе включения специальных упражнений и их сочетаний. Выполнение комплекса упражнений на основные мышечные группы. Упражнения на тренажерах. Выполнение комплекса упражнения на развитие силовых способностей. Выполнения комплекса упражнений на развитие силовой выносливости. Упражнения на тренажерах. Выполнение комплекса упражнения на развитие быстроты. Выполнение комплекса упражнения на развитие гибкости. Опорные прыжки через коня и козла. Специальные и подводящие упражнения. Страховка. Зачет.		
Раздел 4. Спортивные игры			
Тема 4.1. Баскетбол	Содержание учебного материала		ОК 04, ОК 06, ОК 08
	Не предусмотрены		ПК 3.2., ПК 4.6.
	Практические занятия №	26	ЛР 1, ЛР 4, ЛР 9, ЛР 11
	Перемещения по площадке. Ведение мяча. Передачи мяча различными способами. Ловля мяча. Броски мяча по кольцу с места и в движении. Индивидуальные действия игрока без мяча и с мячом. Командные действия игроков. Техника перемещений и владения мячом. Овладение техникой ведения мяча, передачи и броска мяча в корзину с места. Повторение и совершенствование техники ведения, передачи мяча. Бросок мяча в корзину в движении. Техника нападения. Совершенствование техники передвижений, владения мячом. Совершенствование техники бросков в корзину с близкой, средней и дальней дистанции. Обучение технике штрафных бросков в корзину. Техника защиты. Обучение технике перехвата при передачах мяча, выбивание мяча при ведении. Обучение технике перехвата мяча, накрывания мяча при броске в корзину. Техника нападения и защиты. Обучение тактики нападения и защиты в индивидуальных, групповых и командных действиях. Повторение и совершенствование тактики нападения и защиты в индивидуальных, групповых и командных действиях. Действия игрока без мяча и с мячом. Взаимодействие двух игроков. Двусторонняя игра. Прием зачетных нормативов по баскетболу. Зачёт.		
Тема 4.2. Волейбол	Содержание учебного материала		ОК 04, ОК 06, ОК 08
	Не предусмотрены		ПК 3.2., ПК 4.6.
	Практические занятия №	18	

	<p>Стойки в волейболе. Перемещение по площадке. Поддача мяча различными способами. Прием мяча, передача мяча. Нападающие удары, блокирование ударов. Индивидуальные действия игроков без мяча и с мячом. Командные действия игроков. Техника стоек и перемещений. Обучение технике стоек и перемещений в волейболе, владения мячом. Техника владения мячом. Обучение технике приема и передачи мяча. Повторение и совершенствование техники приема и передачи мяча в парах. Обучение технике подач мяча. Обучение технике нападающего удара и блокирования. Техника нападения и защиты. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в защите и нападении. Повторение и совершенствование индивидуальных и групповых тактических действий в нападении и защите.</p>		ЛР 1, ЛР 4, ЛР 9, ЛР 11
<p>Промежуточная аттестация по дисциплине дифференцированный зачёт</p>	2		
Всего		110 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 имеется 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 (знания и умения ОК ПК ЛР)	Критерии оценки	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основ здорового образа жизни; - роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек, увеличение продолжительности жизни; - способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности; - правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности 	<ul style="list-style-type: none"> - свободное ориентирование в основных понятиях физических качеств и физической подготовки (сила, быстрота, выносливость, координация, гибкость); - правильность выполнения физических упражнений, четкость, быстрота - логичное обоснование роли физической культуры для формирования личности профессионала, профилактики профзаболеваний - применение правил оздоровительных систем физического воспитания для укрепления здоровья 	<p>Экспертное наблюдение и регулярная оценка знаний студентов в ходе проведения: методико-практических и учебно-тренировочных занятий; занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП; индивидуальной физкультурно-спортивной деятельности студента.</p> <p>Тестирование</p>

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 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	У1. описывать значимость своей специальности; применять стандарты антикоррупционного поведения	З1. сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по специальности; стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения
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. 2.	Пропагандировать здоровый образ жизни	Н1. проведения работы по формированию и реализации программ здорового образа жизни, в том числе программ снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ	У1. формировать общественное мнение в пользу здорового образа жизни и мотивировать пациентов на ведение здорового образа жизни; У2. информировать население о программах снижения веса, потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ	З1. принципы здорового образа жизни, основы сохранения и укрепления здоровья; З2. факторы, способствующие сохранению здоровья; З3. формы и методы работы по формированию здорового образа жизни; З4. программы здорового образа жизни, в том числе программы, направленные на снижение веса, снижение потребления алкоголя и табака, предупреждение и борьбу с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ
ПК 4.6.	Участвовать в проведении мероприятий медицинской реабилитации.	Н1. проведения мероприятий медицинской реабилитации	У1. выполнять работу по проведению мероприятий медицинской реабилитации	З1. порядок медицинской реабилитации

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. Сознательное 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

	<p>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 профессионального конструктивного «цифрового следа».</p>
ЛР 09	<p>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 склонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде.</p>
ЛР 11	<p>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.</p>

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ

БЫЛО	СТАЛО
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 34.02.01 Сестринское дело
составлена на основе ФГОС СПО
форма обучения очная
квалификация медицинская сестра/медицинский брат

Паспорт общих компетенций (ОК) по специальности 34.02.01 Сестринское дело

Общая компетенция		Индикаторы достижения компетенции	
		Уметь	Знать
№	Формулировка		
ОК 04	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	У2. организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности	32. психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности
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	У2. описывать значимость своей специальности; применять стандарты антикоррупционного поведения	32. сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по специальности; стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	У2. 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	32. 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

Паспорт профессиональных компетенций (ПК) по специальности 34.02.01 Сестринское дело

Виды деятельности		Профессиональная компетенция		Индикаторы достижения компетенции		
				Навыки	Уметь	Знать
№	Формулировка	№	Формулировка			
ВД 3	Проведение мероприятий по профилактике неинфекционных и инфекционных заболеваний, формированию здорового образа жизни	ПК 3. 2.	Пропагандировать здоровый образ жизни	Н1. проведения работы по формированию и реализации программ здорового образа жизни, в том числе программ снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ	У1. формировать общественное мнение в пользу здорового образа жизни и мотивировать пациентов на ведение здорового образа жизни; У1. информировать население о программах снижения веса, потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ	З1. принципы здорового образа жизни, основы сохранения и укрепления здоровья; З2. факторы, способствующие сохранению здоровья; З3. формы и методы работы по формированию здорового образа жизни; З1. программы здорового образа жизни, в том числе программы, направленные на снижение веса, снижение потребления алкоголя и табака, предупреждение и борьбу с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ

ВД 4	Оказание медицинской помощи, осуществление сестринского ухода и наблюдения за пациентами при заболеваниях и (или) состояниях	ПК 4.6.	Участвовать в проведении мероприятий медицинской реабилитации.	Н2. проведения мероприятий медицинской реабилитации	У2. выполнять работу по проведению мероприятий медицинской реабилитации	З2. порядок медицинской реабилитации
---------	--	------------	--	---	---	--------------------------------------