

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура является частью образовательной программы среднего профессионального образования - программы подготовки специалистов среднего звена программы подготовки специалистов среднего звена - относящейся к укрупненной группе специальностей 31.00.00 Клиническая медицина в соответствии с ФГОС СПО по специальности 31.02.03 Лабораторная диагностика в части освоения основных видов деятельности:

ВПД.1 Выполнение организационно-технологических и базовых лабораторных процедур при выполнении различных видов лабораторных исследований;

ВПД.2 Выполнение клинических лабораторных исследований первой и второй категории сложности;

ВПД.3 Выполнение микробиологических лабораторных исследований первой и второй категории сложности;

ВПД.4 Выполнение морфологических лабораторных исследований первой и второй категории сложности;

ВПД.5 Выполнение санитарно-эпидемиологических исследований;

ВПД.6 Выполнение лабораторных и инструментальных исследований при производстве судебно-медицинских экспертиз (исследований).

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.01 Анатомия и физиология человека разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) среднего профессионального образования по специальности 31.02.03 Лабораторная диагностика, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 04 июля 2022 г. № 525 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 31.02.03 Лабораторная диагностика».

Программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и программах переподготовки).

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

1.2. Место дисциплины в структуре ППССЗ

Учебная дисциплина СГ.04 Физическая культура в основах законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте представлена в средних специальных учебных заведениях как учебная дисциплина и важнейший компонент целостного развития личности. Являясь составной частью общей культуры и профессиональной подготовки студента, физическая культура входит обязательным разделом в гуманитарный компонент образования, значимость которого проявляется через гармонизацию духовных и физических сил, формирование таких общечеловеческих ценностей, как здоровье, физическое и психологическое благополучие, физическое совершенство.

Учебная дисциплина СГ.04 Физическая культура относится к базовой части социально-гуманитарного цикла и является обязательной для всех студентов, обучающихся по образовательной программе среднего профессионального образования - программе подготовки специалистов среднего звена по специальности 34.02.01 Сестринское дело. Изучается на протяжении всего периода обучения студентов, с 1 по 4 семестр на 1,2 курсах.

Метапредметные связи учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура находят свое отражение в том, что базой для освоения данной учебной дисциплины являются знания и навыки, общекультурные компетенции, приобретенные в результате изучения дисциплин курса основного общего образования.

Учебная дисциплина СГ.04 Физическая культура в свою очередь, является базовой для изучения всех дисциплин, предусмотренных ППССЗ 34.02.01 Сестринское дело, поскольку занятия физической культурой являются основой сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки обучающихся к будущей профессиональной и социальной деятельности.

1.3. Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения целей:

Цель дисциплины: сформировать физическую культуру личности

Задачи дисциплины:

Образовательные задачи:

- формирование понимания места и роли физической культуры и спорта в общей культуре человека, их социальных значений и функций;
- формирование способности целенаправленного использования разнообразных средств и методов физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки к будущей профессиональной и социальной деятельности.
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый образ жизни;
- формирование потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.

Развивающие задачи:

- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие;
- повышение тренированности и работоспособности;
- практическое применение способов диагностики, контроля и самоконтроля.

Воспитательные задачи:

1. Достижение личностных результатов реализации программы воспитания, воспитание личности:

ЛР 1 Осознающей себя гражданином и защитником великой страны.

ЛР 8 Проявляющей и демонстрирующей уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастной к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.

2. Достижение личностных результатов, определенных субъектами образовательного процесса и воспитание личности:

ЛР 19 Понимающей пользу труда для общества и себя, старательный, стремящейся хорошо выполнить работу; организованный, способный эффективно распределять силы и время

ЛР 24 Достигший должного уровня физической подготовки для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

ЛР 25 Сохраняющей и развивающей демократические традиции студенчества.

ЛР 26 Принимающей наставническую помощь, способной к диалогу и консолидации усилий с преподавателями, куратором в целях решения вопросов обучения.

ЛР 31 Мотивированной на творчество, способной осуществлять учебно-исследовательскую, проектную и информационно-познавательную деятельность

ЛР 34 Готовой брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу и человеку.

ЛР 38 Понимающей необходимость соблюдения правил здорового образа жизни для поддержания умственной работоспособности и успешного личностного развития.

В результате освоения дисциплины студент должен **знать:**

организовывать работу коллектива и команды;

взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности.

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.

1.4. Формируемые компетенции

ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде

ОК 2. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ОК 3. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное

1.5. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов	
	очная	очно-заочная
Максимальная учебная нагрузка (всего), в том числе вариативная часть	168 36	
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	156	
в том числе:		
теоретические занятия	12	
практические занятия	144	
в т.ч. в форме практической подготовки		
контрольные работы	-	
курсовая работа (если предусмотрено)	-	
Промежуточная аттестация в форме зачета	1-5	-
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	6	-

1.6. Тематический план и содержание учебной дисциплины

№ п/п	Наименование разделов и тем	
1.	Раздел 1. Физическая культура и формирование ЗОЖ	Тема 1.1. Здоровый образ жизни
2.	Раздел 2. Легкая атлетика.	Тема 2.1. Техника бега на короткие дистанции, техника спортивной ходьбы
		Тема 2.2. Техника длительного бега
		Тема 2.3. Техника прыжка в длину с места, с разбега
		Тема 2.4. Эстафетный бег 4x100. Челночный бег
		Тема 2.5. Контрольные нормативы в беге и прыжках
3.	Раздел 3. Волейбол	Тема 3.1. Физическая культура – ведущий фактор здоровья человека. Стойки и перемещения игрока. Общая физическая подготовка
		Тема3.2. Приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками. ОФП.
		Тема3.3.Нижняя прямая и боковая подача мяча. ОФП
		Тема3.4.Верхняя прямая подача мяча. ОФП
		Тема3.5.Тактика игры в защите и нападении
		Тема3.6. Основы методики судейства
		Тема 3.7. Контроль выполнения тестов по волейболу
4.	Раздел 4. Баскетбол	Тема 4.1. Стойка, перемещения, остановки, повороты игрока. ОФП.
		Тема4.6. Практика судейства в баскетболе
5.	Раздел 5. Гимнастика	Тема 5.1.Современная концепция здоровья и основы здорового образа жизни. Строевые приемы Тема 5.2. Техника акробатических упражнений Тема 5.3.Упражнения на брусьях (юноши). Гиревой спорт Тема 5.3. Упражнения на бревне (девушки). Профессионально-прикладная физическая подготовка. Тема 5.5. Составление комплекса общеразвивающих упражнений и проведение их обучающимися

6.	Раздел 6. Бадминтон	Тема 6.1. Основы методики самомассажа и самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической направленности. Тема 6.1. Игровая стойка, основные удары в бадминтоне Тема 6.2. Подачи Тема 6.3. Нападающий удар Тема 6.4. Судейство соревнований по бадминтону
7.	Раздел 7. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)	Тема 7.1. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов