

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАБАРДИНО-БАЛКАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМ. Х.М. БЕРБЕКОВА»**

Медицинский колледж



УТВЕРЖДАЮ

Директор медицинского колледжа

/Пшибиева С.В./

« 25 » мая 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГЦ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Программа подготовки специалистов среднего звена

34.02.01 Сестринское дело

Среднее профессиональное образование

**Квалификация выпускника
Медицинская сестра/Медицинский брат**

Очная форма обучения

Нальчик, 2023

Рабочая программа учебной дисциплины «**Физическая культура**» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования специальности 34.02.01 Сестринское дело, утвержденного приказом Минпросвещения России № 527 от 04.07.2022 г. специальности «Сестринское дело», ПООП СПО специальности «Сестринское дело» 2022 г., учебного плана по программе подготовки специалистов среднего звена «Сестринское дело».

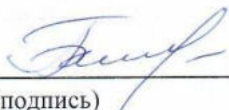
Составители:

Камбачоков А.А., преподаватель МК КБГУ

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании ЦМК социально-гуманитарных дисциплин МК КБГУ

Протокол № 10 от «10» мая 2023 г.

Председатель ЦМК


(подпись)

Биттирова Н.Х.

Методист МК КБГУ


(подпись)

Непеева А.С.

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ СГЦ.04 Физическая культура

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Учебная дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла примерной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 34.02.01 Сестринское дело.

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

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 04	организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности.	психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности.
ОК 08	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.	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.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	110
в т.ч. в форме практической подготовки	
в том числе:	
теоретическое обучение	-
практические занятия	110
<i>Самостоятельная работа</i> ¹	-
Промежуточная аттестация в форме недифференцированного зачета	-

¹ Самостоятельная работа в рамках образовательной программы планируется образовательной организацией в соответствии с требованиями ФГОС СПО в пределах объема учебной дисциплины в количестве часов, необходимом для выполнения заданий самостоятельной работы обучающихся, предусмотренных тематическим планом и содержанием учебной дисциплины.

I семестр

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч/ в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Основы формирования физической культуры личности		0/12	
Тема 1.1. Основы физической культуры	Содержание учебного материала	12	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе теоретический занятий	12	
	Теоретическое занятие 1 1. Физическая культура личности человека, физическое развитие, физическая подготовка и подготовленность. 2. Сущность и ценности физической культуры.	2	
	Теоретическое занятие 2 1. Влияние занятий физическими упражнениями на достижение человеком жизненного успеха.	2	
	Теоретическое занятие 3 1. Социально-биологические основы физической культуры и спорта (характеристика изменений, происходящих в организме человека под воздействием выполнения физических упражнений, в процессе регулярных занятий). Теоретическое занятие 4 1. Роль и место физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни. 2. Двигательная активность и здоровье.	2 2	

	3. Норма двигательной активности человека. 4. Оценка двигательной активности и формирование оптимальной двигательной активности в зависимости от образа жизни человека. 5. Средства, методы, принципы воспитания быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей.		
	Теоретическое занятие 5 1. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. 2. Организация занятий физическими упражнениями различной направленности. 3. Основные принципы построения самостоятельных занятий и их гигиена. 4. Методика самоконтроля, его основные методы и показатели. 5. Ведение дневника самоконтроля	2	
	Теоретическое занятие 6 1. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП). Цели и задачи с учетом специфики будущей профессиональной деятельности. 2. Средства, методы и методики формирования значимых двигательных умений и навыков. 3. Средства, методы и методики формирования профессионально-значимых физических свойств и качеств.	2	
Раздел 2. Атлетическая гимнастика		0/6	
Тема 2.1. Роль атлетической гимнастики в развитии физических качеств человека	Содержание учебного материала		ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	6	
	1. Упражнения для развития основных мышечных групп. 2. Развитие гибкости в процессе занятий атлетической гимнастикой на основе включения специальных упражнений и их сочетаний.		
	Практическое занятие 7		

	1. Выполнение комплекса упражнения на развитие силовых способностей 2. Выполнения комплекса упражнений на развитие силовой выносливости.	2	
	Практическое занятие 8 1. Выполнение комплекса упражнения на развитие быстроты. 2. Выполнение комплекса упражнения на развитие гибкости	2	
	Практическое занятие 9 1. Опорные прыжки через коня и козла. 2. Специальные и подводящие упражнения. 3. Страховка.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Раздел 3. Волейбол		0/6	
Тема 3.1. Техника безопасности на занятиях по волейболу. Стойка игрока и перемещения по волейбольной площадке	Содержание учебного материала	2	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	2	
	1. Практическое занятие 10. Основные стойки волейболиста (высокая, средняя и низкая). Выполнение перемещений по площадке, передача мяча через сетку с перемещениями.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 3.2. Приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками	Содержание учебного материала	2	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	2	
	1. Практическое занятие 12. Упражнения в тройках: приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками с места и с перемещениями.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 3.3.	Содержание учебного материала	2	ОК04, ОК06,

Индивидуальные тактические действия в нападении. Контроль выполнения нормативов по волейболу	В том числе практических занятий	2	ОК08, ПК3.2., 4.6.
	1. Практическое занятие 13. Контроль выполнения нормативов по волейболу: прием и передача мяча сверху и снизу двумя руками в парах, передача мяча двумя руками сверху над собой, нижняя боковая подача.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Рубежный рейтинговый контроль	Зачёт	
	Всего	24	
	II семестр		
Раздел 4. Баскетбол		0/18	
Тема 4.1. Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Правила игры в баскетбол	Содержание учебного материала	2	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	2	
	1. Практическое занятие 1. Основы техники игры в баскетбол с учетом техники безопасности. Изучение тактических взаимодействий игроков.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 4.2. Перемещения по площадке. Ведение мяча. Техника бросков мяча в кольцо с места и в движении	Содержание учебного материала	4	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	4	
	1. Практическое занятие 2. Передача мяча двумя руками от груди с отскоком от пола. Ловля мяча: двумя руками на уровне груди, «высокого мяча» с отскоком от пола.	2	
	2. Практическое занятие 3. Техника выполнения штрафных бросков.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 4.3 Совершенствование элементов игры в	Содержание учебного материала	2	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	2	
	1. Практическое занятие 4. Групповые и командные взаимодействия игроков в учебной игре.	2	

баскетбол. Учебная игра	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 4.4. Техника игры в защите и нападении	Содержание учебного материала	2	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	2	
	1. Практическое занятие 5. Взаимодействия трех нападающих против двух защитников. Развитие скоростно-силовых качеств.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 4.5. Индивидуальные действия в нападении и защите	Содержание учебного материала	2	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	2	
	1. Практическое занятие 6. Передвижения в защитной стойке назад, вперёд и в сторону. Техника взаимодействия в системе быстрого прорыва. Учебная игра.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 4.6. Групповые действия в нападении и защите. Контрольные нормативы по баскетболу	Содержание учебного материала	6	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	6	
	1. Практическое занятие 7. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	2	
	2. Практическое занятие 8. Переключения от действий в нападении к действиям в защите. Многократное выполнение технических приёмов и тактических действий. Двухсторонняя учебная игра.	2	
	3. Практическое занятие 9. Техника и тактика двухсторонней учебной игры. Контрольные нормативы по баскетболу.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
	Содержание учебного материала:	12	

Тема 4.7. Бег на средние дистанции	В том числе практических занятий	12	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	1. Практическое занятие 10. Техника передачи эстафетной палочки. Техника бега по прямой и по виражу на стадионе.	2	
	2. Практическое занятие 11. Техника бега на средние дистанции. Упражнения для развития специальной выносливости.	2	
	3. Практическое занятие 12. Беговые и прыжковые упражнения для развития прыгучести. Прыжки в длину с места и с разбега.	2	
	4. Практическое занятие 13. Упражнения для улучшения результатов при беге на средние дистанции (подтягивание колен к груди, находясь в положении стоя, боковые выпады, фронтальные выпады, выполнение приседаний и др.). Старт. Стартовый разгон. Основной пробег. Финиширование.	2	
	5. Практическое занятие 14. Тренировочный бег 400 м.	2	
	6. Практическое занятие 15. Тренировочный бег 800 м.	2	
Тема 4.8. Спортивная ходьба	Самостоятельная работа обучающихся	-	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	Содержание учебного материала	8	
	В том числе практических занятий	8	
	1. Практическое занятие 16. Ходьба с высоким подъемом носка, крестным шагом боком вправо и влево. Темповый бег 15-20 минут.	2	
	2. Практическое занятие 17. Упражнения для подготовки к спортивной ходьбе.	2	
	3. Практическое занятие 18. Беговые упражнения для развития скоростных качеств (бег с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени и др.). Спортивная ходьба 1000м.	2	
	4. Практическое занятие 19. Бег 1500м. с учетом времени.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
	Рубежный рейтинговый контроль	Зачёт	
	Всего	38	
III семестр			
Раздел 1. Легкая атлетика		0/12	

Тема 1.1. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике. Бег на короткие дистанции. Эстафетный бег	Содержание учебного материала	6	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	6	
	1. Практическое занятие 1. Прохождение инструктажа по технике безопасности на занятиях по легкой атлетике. Техника низкого старта и стартового ускорения, бег по дистанции, финиширование, специальные беговые упражнения.	2	
	2. Практическое занятие 2. Техника передачи эстафетной палочки. Техника бега по прямой и по виражу на стадионе.	2	
	3. Практическое занятие 3. Эстафетный бег 4x100м. Выполнение челночного бега, специальные беговые упражнения для развития быстроты движений.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 1.2. Прыжки в длину с места и с разбега	Содержание учебного материала	6	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	6	
	1. Практическое занятие 4. Основы техники прыжка в длину с места.	2	
	2. Практическое занятие 5. Основы техники прыжка в длину с разбега.	2	
	3. Практическое занятие 6. Беговые и прыжковые упражнения для развития прыгучести. Прыжки в длину с места и с разбега.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Раздел 2. Атлетическая гимнастика		0/6	
	Содержание учебного материала	6	
	В том числе практических занятий	6	
Тема 2.1. Роль атлетической гимнастики в развитии физических качеств человека	1. Практическое занятие 7. Упражнения для развития основных мышечных групп.	2	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	2. Практическое занятие 8. Развитие гибкости в процессе занятий атлетической гимнастикой на основе включения специальных упражнений и их сочетаний.	2	
	3. Практическое занятие 9.	2	

	Опорные прыжки через коня и козла. Специальные и подводящие упражнения. Страховка.		
Раздел 3. Волейбол		0/6	
Тема 3.1. Приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками	Содержание учебного материала	2	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	2	
	1. Практическое занятие 10. Упражнения в парах: приемы и передачи мяча различными способами. Выполнение комплекса упражнений по общей физической подготовке для развития скоростных и силовых качеств.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 3.2. Нижняя прямая и боковая подачи мяча	Содержание учебного материала	2	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	2	
	1. Практическое занятие 11. Специальные беговые упражнения по площадке, перемещения, блокирования и нападающие удары. Нижняя прямая и боковая подачи мяча в парах через сетку.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 3.3. Индивидуальные тактические действия в нападении. Контроль выполнения нормативов по волейболу	Содержание учебного материала	2	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	2	
	1. Практическое занятие 12. Контроль выполнения нормативов по волейболу: прием и передача мяча сверху и снизу двумя руками в парах, передача мяча двумя руками сверху над собой, нижняя боковая подача.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
	Рубежный рейтинговый контроль	Зачёт	
	Всего	24	
IV семестр			
Раздел 4. Баскетбол		0/12	
	Содержание учебного материала	2	ОК04, ОК06, ОК08,
	В том числе практических занятий	2	

Тема 4.1. Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Правила игры в баскетбол	1. Практическое занятие 1. Основы техники игры в баскетбол с учетом техники безопасности. Изучение тактических взаимодействий игроков.	2	ПК3.2., 4.6.
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 4.2. Перемещения по площадке. Ведение мяча. Техника бросков мяча в кольцо с места и в движении	Содержание учебного материала	2	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	2	
	1. Практическое занятие 2. Передача мяча двумя руками от груди с отскоком от пола. Ловля мяча: двумя руками на уровне груди, «высокого мяча» с отскоком от пола. Техника выполнения штрафных бросков.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 4.3 Совершенствование элементов игры в баскетбол. Учебная игра	Содержание учебного материала	2	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	2	
	1. Практическое занятие 3. Совершенствование технических приемов игры в баскетбол. Индивидуальные действия игрока без мяча и с мячом. Развитие прыгучести.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 4.4. Техника игры в защите и нападении	Содержание учебного материала	2	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	2	
	1. Практическое занятие 4. Взаимодействия трех нападающих против двух защитников. Развитие скоростно-силовых качеств.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 4.5. Индивидуальные действия в нападении и защите	Содержание учебного материала	2	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	2	
	1. Практическое занятие 5. Чередование технических приёмов в различных сочетаниях. Индивидуальные действия игроков.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 4.6.	Содержание учебного материала	2	ОК04, ОК06,

Групповые действия в нападении и защите. Контрольные нормативы по баскетболу	В том числе практических занятий	2	ОК08, ПК3.2., 4.6.
	1. Практическое занятие 6. Техника и тактика двухсторонней учебной игры. Контрольные нормативы по баскетболу.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Раздел 5. Легкая атлетика		0/12	
Тема 5.1. Бег на средние дистанции	Содержание учебного материала:	8	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	8	
	1. Практическое занятие 7. Техника бега на средние дистанции. Упражнения для развития специальной выносливости.	2	
	2. Практическое занятие 8. Упражнения для улучшения результатов при беге на средние дистанции (подтягивание колен к груди, находясь в положении стоя, боковые выпады, фронтальные выпады, выполнение приседаний и др.). Старт. Стартовый разгон. Основной пробег. Финиширование.	2	
	3. Практическое занятие 9. Тренировочный бег 400 м.	2	
	4. Практическое занятие 10. Тренировочный бег 800 м.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 5.2. Спортивная ходьба	Содержание учебного материала	4	ОК04, ОК06, ОК08, ПК3.2., 4.6.
	В том числе практических занятий	4	
	1. Практическое занятие 11. Беговые упражнения для развития скоростных качеств (бег с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени и др.). Спортивная ходьба 1000м.	2	
	2. Практическое занятие 12. Бег 1500м. с учетом времени.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
	Рубежный рейтинговый контроль	Зачёт	
	Всего за семестр	24	
Всего		110	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Спортивный зал, оснащенный в соответствии с п. 6.1.2.1 образовательной программы по специальности 31.02.02 Акушерское дело.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией 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.

1.2.1. Основные печатные издания

1. Аллянов, Ю.Н. Физическая культура: учебник для СПО / Ю.Н. Аллянов, И.А. Письменский.-3-еизд. исправл. - Москва: Юрайт 2021.- 493с.
2. Бишаева, А.А. Физическая культура: учебник (для всех специальностей СПО), А.А. Бишаева, А.А. – 7-еизд. стер.- Москва: Издательский дом Академия, 2020,-320с.
3. Решетников, Н.В. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования/ Н.В.Решетников, Ю.Л. Кислицын.- Москва: Издательский центр «Академия», 2018.- 176с.
4. Садовникова, Л.А. Физическая культура для студентов, занимающихся в специальной медицинской группе: учебное пособие/ Л.А. Садовникова. – Санкт - Петербург: Лань, 2020. – 60с.
5. Ягодин, В. В. Физическая культура: основы спортивной этики: учебное пособие для среднего профессионального образования / В. В. Ягодин. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 113с.

3.2.2. Основные электронные издания

1. Аллянов, Ю.Н. Физическая культура: учебник для СПО[электронный ресурс]/ Ю.Н. Аллянов, И.А. Письменский.- 3-е изд. тсправл. - Москва: Юрайт 2021.- 494с. Режим доступа: urait.ru
2. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования [электронный ресурс]/ А.Б. Муллер [и др.]. — Москва: Юрайт, 2021. — 424с. — Режим доступа: urait.ru
3. Физическая культура: учебное пособие для среднего профессионального образования [электронный ресурс] / Е.В. Конеева [и др.]; под редакцией Е.В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Юрайт, 2021. — 599с. — Режим доступа: urait.ru
4. Ягодин, В.В. Физическая культура: основы спортивной этики: учебное пособие для среднего профессионального образования [электронный ресурс] / В.В. Ягодин. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 113с. Режим доступа: urait.ru

1.2.3. Дополнительные источники

1. Жданкина, Е.Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка: учебное пособие для вузов / Е.Ф. Жданкина, И. М. Добрынин; под научной редакцией С.В. Новаковского. — Москва: Юрайт, 2021. — 125 с.
2. Журин, А.В. Спортивные игры. Анализ технических приемов игры в волейбол: учебное пособие для вузов/ А.В. Журин.- Санкт-Петербург: Лань, 2021. – 60 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень осваиваемых в рамках дисциплины знаний		
<p>психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности;</p> <p>основы проектной деятельности;</p> <p>роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</p> <p>основы здорового образа жизни;</p> <p>условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;</p> <p>средства профилактики перенапряжения.</p>	<p>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;</p> <p>проводит индивидуальные занятия физическими упражнениями различной направленности</p>	<p>Устный опрос.</p> <p>Тестовый контроль</p>
Перечень осваиваемых в рамках дисциплины умений		
<p>организовывать работу коллектива и команды;</p> <p>взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности;</p> <p>использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</p> <p>применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</p> <p>пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности.</p>	<p>Обучающийся использует физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</p> <p>применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</p> <p>пользуется средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности;</p> <p>выполняет контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартом при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организм.</p>	<p>Оценка результатов выполнения контрольных нормативов.</p> <p>Экспертное наблюдение за ходом выполнения практических заданий</p>