

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Махачева Ханна Гаджиевна
Должность: Директор
Дата подписания: 11.03.2025 14:16:08
Уникальный программный ключ:
371b5d585809df37735a0d5b1a085a874b2f3b2

Министерство Здравоохранения Республики Дагестан

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Республики Дагестан «Дагестанский базовый медицинский колледж им. Р.П.Аскерханова» (ГБПОУ РД «ДБМК»)

УТВЕРЖДЕНА
Методическим советом
протокол от 26.06.2024 N 7

РАССМОТРЕНА
Цикловой методической
комиссией преподавателей
общественных
и общеобразовательных
дисциплин N2
протокол от 19.06.2024 N10

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
социально-гуманитарной дисциплины
СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Курс: 2
Специальности:
31.02.03. Лабораторная диагностика
Квалификации:
медицинский лабораторный техник

МАХАЧКАЛА 2024

Рабочая программа учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура разработана на основе:

- - Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности:
- 31.02.03 Лабораторная диагностика утвержденного приказом Минпросвещения России от 04.07.2022 №525 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.08.2022 №69453)

Положения о порядке разработки, утверждения и актуализации образовательных программ среднего профессионального образования в ГБПОУ РД «ДБМК»;

- Положения о рабочей программе дисциплины (модуля) ГБПОУ РД «ДБМК»
- учебного плана по специальности Лабораторная диагностика.

Организация-разработчик:

- ГБПОУ РД «ДБМК»

Разработчики:

Ибрагимов И.Г.– председатель ЦМК общественных и образовательных дисциплин №2, к.и.н.доцент, преподаватель первой квалификационной категории ГБПОУ РД «ДБМК»;

Колганова О.Н.- преподаватель высшей квалификационной категории ГБПОУ РД «ДБМК»;

СОДЕРЖАНИЕ

1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	3
1.1 Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:.....	3
1.2 Цель и планируемые результаты освоения дисциплины.....	3
2.СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.....	4
2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины.....	5
3.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	13
3.1 Материально- техническое обеспечение.....	13
3.2 Информационное обеспечение обучения.....	14
4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	14

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04 Физическая культура

1.1 Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина СГ.04 Физическая культура, принадлежит социально – гуманитарному циклу: образовательной программы в соответствии ФГОС СПО по специальности 31.02.03 Лабораторная диагностика.

1.2 Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

Освоение дисциплины должно способствовать формированию общих компетенций:

- ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;
- ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
- 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 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

Освоение дисциплины должно способствовать достижению

Коды ОК	Умения	Знания
ОК 4, ОК 5, ОК 6, ОК 8.	-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 профессии (специальности).	-Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; -Основы здорового образа жизни; -Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (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
Общая трудоемкость	88
Учебная нагрузка обучающегося	
в том числе:	
Практические занятия	80
Самостоятельная работа	8
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Материально-техническое обеспечение

Реализация программы дисциплины требует наличия открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий и спортивного зала.

Оборудование учебного кабинета и спортивного зала:

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

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- многофункциональный принтер;
- музыкальный центр.

Оборудование спортивного зала и спортивной площадки:

Наименование инвентаря.

Волейбольные мячи	Скакалки, Обручи
Баскетбольные мячи	Теннисные столы
Футбольные мячи	Ракетки
Набивные мячи	Рулетка сантиметровая
Теннисные мячи	Сектор для прыжков
Гимнастические маты	Секундомеры
Гимнастический мостик	Беговые дорожки
Гимнастический «козел»	Сигнальные флажки
Гимнастическое бревно	Спортивные гранаты
Гимнастическая стенка	Эстафетные палочки

3.2 Информационное обеспечение обучения

3.2.1. Основные печатные издания

1. Зайцева И.П. Физическая культура и спорт: учебник для СПО / Зайцева И.П.- Саратов, Москва: Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2023
2. Физическая культура: учебное пособие для СПО/Е.В. Конеева. Москва: Издательство Юрайт, 2020.
3. Основы здорового образа жизни в образовательной организации: учебное пособие СПО/ А. А. Зайцев Москва: Изд.Юрайт, 2020.
4. Самостоятельная работа студента по физической культуре: учебное пособие для СПО/ Н. В. Балышева, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина Москва: Изд.Юрайт, 2020.
5. Пельменев, В. К. История физической культуры: учебное пособие для СПО/ В. К. Пельменев, Е. В. Конеева. Москва: Изд. Юрайт, 2020
6. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура: учебник для СПО/ Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. 3-е изд., испр. Москва:ИздательствоЮрайт, 2019.

3.2.2 Дополнительные источники

1. Зайцева И.П. Физическая культура и спорт: учебник / Зайцева И.П. Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2023
2. Платонов В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов Москва: Издательство «Спорт», 2022.
3. Родин А.В. Индивидуальная тактическая подготовка в спортивных играх: монография / Родин А.В., Губа В.П. Москва: Издательство «Спорт», 2023.
4. Серова Л.К. Особенности характера спортсменов / Серова Л.К., Власова Е.В. Москва: Издательство «Спорт», 2023.
5. Собянин Ф.И. Физическая культура: Учебник для студентов СПУ. Ростов н/Д: Феникс 2020.
6. Фёдорова, Н. А. Физическая культура. Подвижные игры. Справочник / Н.А. Фёдорова. Москва 2020.
7. Ломан, Вольфганг Бег, прыжки, метания / Вольфганг Ломан. М.: Физкультура и спорт, 2020.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины: • о роли физической культуры в общекультурном, • профессиональном и социальном развитии человека; • влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; • основы здорового образа жизни;	«Отлично» - практическое содержание программы освоено полностью, без пробелов, умения сформированы, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено высоко. «Хорошо» - практическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые умения сформированы	– Фронтальная беседа – Устный опрос – Тестирование – Написание рефератов по заданной тематике – Оценка выполнения самостоятельной работы.

• формы самостоятельных занятий, направленность самостоятельных занятий, планирование самостоятельных занятий, спортивной подготовленности и функционального состояния; • меры безопасности и правила поведения обучающихся на занятиях легкой атлетикой, волейболом, баскетболом, гимнастикой; • правила страховки во время занятий по гимнастике; • место, оборудование и инвентарь, правила игры и судейство на занятиях спортивными играми; • требования программ и контрольные нормативы по видам спорта.	недостаточно, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, некоторые виды заданий выполнены с ошибками. «Удовлетворительно» - практическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые умения в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий содержат ошибки. «Неудовлетворительно» практическое содержание курса не освоено, умения не сформированы, выполненные учебные задания содержат грубые ошибки.	
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины: • Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. • Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);режим дня, утреннюю зарядку. • Формировать навыки систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости). • Показать владение техникой и выполнять нормативы по бегу (короткие, средние и длинные дистанции), прыжкам в длину с места и с разбега, метанию гранаты, толканию ядра. • Проводить самостоятельно разминку перед выполнением нормативов по бегу, прыжкам, метанию, толканию; выполнять функции помощника судьи; • Показать технически правильно выполненные элементы баскетбола и волейбола. • Играть в спортивные игры и помогать судейству в спортивных играх. • Выполнять комбинации на гимнастических снарядах. • Применять приемы страховки и самостраховки во время занятий.		– Защита выполненной самостоятельной работы. – Выполнение индивидуальных, групповых заданий. – Наблюдение за выполнением практического задания (деятельностью студента). – Оценка выполнения практического задания.