

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Куижева Саида Казбековна
Должность: Ректор
Дата подписания: 30.08.2022 12:32:15
Уникальный программный ключ:
71183e1134ef9cfa69b206d480271b3c1a975e6f

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Майкопский государственный технологический университет»

Политехнический колледж

Предметная (цикловая) комиссия физической культуры, спорта и ОБЖ



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование дисциплины ОГСЭ.04. Физическая культура

Наименование специальности 31.02.03 «Лабораторная диагностика»

Квалификация выпускника Медицинский лабораторный техник

Форма обучения очная

Рабочая программа составлена на основе ФГОС СПО и учебного плана МГТУ по специальности 31.02.03 Лабораторная диагностика

Составитель рабочей программы:

преподаватель первой категории



(подпись)

А.Н.Манченко

И.О. Фамилия

Рабочая программа утверждена на заседании предметной (цикловой) комиссии физической культуры, спорта и ОБЖ

Председатель предметной (цикловой) комиссии

«25» 05 2022 г.



(подпись)

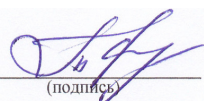
А.Н.Манченко

И.О. Фамилия

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора по учебной работе

«25» 05 2022 г.



(подпись)

Ф.А.Топольян

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ И ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. КАЛЕНДАРНЫЙ ГРАФИК ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	19
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	19
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ И ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	21
6. АДАПТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	22
7. ЛИСТ ВНЕСЕННЫХ ИЗМЕНЕНИЙ В ПРОГРАММУ	24

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.04. Физическая культура

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.04. Физическая культура

является частью основной профессиональной образовательной программы, в соответствии с ФГОС по специальностям СПО 31.02.03 «Лабораторная диагностика»

2. Место учебной дисциплины в структуре образовательной программы:

дисциплина входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

- основы здорового образа жизни

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

В ходе изучения дисциплины студент должен освоить следующие общие и профессиональные компетенции:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях смены технологий в профессиональной деятельности.

ОК 10. Бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям народа, уважать социальные, культурные и религиозные различия.

ОК 11. Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу и человеку.

ОК 12. Оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

ОК 13. Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.

ОК 14. Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 344 часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 172 часа;

самостоятельной работы обучающегося 172 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ И ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов (всего)	Во 2 семестре
Обязательная аудиторная учебная нагрузка	344	344
в том числе		
теоретические занятия (Л)	2	2
практические занятия (ПЗ)	170	170
семинарские занятия (С)		
консультации		
самостоятельные	172	172
Формой промежуточной аттестации является экзамен во 2 семестре		
Общая трудоемкость	344	344

2.2. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины «Физическая культура»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Основы физической культуры		8	
ОГСЭ.00	Теория и практика физической культуры		
Тема 1.1. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социкультурное развитие личности студента.	Содержание	2	1
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Физическая культура и спорт как социальный феномен современного общества. 2. Социальные функции физической культуры. 3. Физическая культура в структуре профессионального образования. 4. Общие закономерности и динамика работоспособности студентов в учебном году и основные факторы её определяющие. 5. Регулирование работоспособности, профилактики утомления студентов в отдельные периоды учебного года. 		
	Самостоятельная работа	6	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Тематика рефератов: <ul style="list-style-type: none"> - Диагноз и краткая характеристика заболевания студента. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие. - Медицинские противопоказания при занятиях физическими упражнениями и применения других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе). - Рекомендуемые средства физической культуры при данном заболевании (диагнозе). - Составление и обоснование индивидуального комплекса физических упражнений и доступных средств физической культуры (с указанием 		

		дозировки). - Составление и демонстрация индивидуального комплекса физических упражнений, проведение отдельной части профилированного учебно-тренировочного занятия с группой студентов и т.п.).		
Раздел 2. Легкая атлетика			126	
Тема 2.1. Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места.	Содержание		12	2
	1.	Обучение техники бега на короткие дистанции с низкого, среднего и высокого старта.		
	2.	Обучение техники прыжка в длину с места.		
	3.	Повышение уровня ОФП (специальные беговые упражнения).		
	4.	Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.)		
		Практические занятия	12	
	1.	Овладение и закрепление техники бега на короткие дистанции.	6	
	2.	Совершенствование техники прыжка в длину с места.	4	
	3.	Совершенствование техники выполнения специальных упражнений.	2	
Тема 2.2. Бег на короткие дистанции. Прыжки в длину способом «согнув ноги».	Содержание		10	2
	1.	Совершенствование техники бега на короткие дистанции (старт, разбег, финиширование).		
	2.	Овладение техникой прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».		
	3.	Повышение уровня ОФП.		
	4.	Закрепление знаний по правилам судейства в лёгкой атлетике.		
		Практические занятия	10	
	1.	Совершенствование техники бега на короткие дистанции и прыжки в длину с разбега.	4	
	2.	Закрепление техники выполнения общих физических упражнений.	4	
	3.	Закрепление практики судейства.	2	

Тема 2.3. Бег на средние дистанции.	Содержание		6	3
	1.	Овладение техникой бега на средние дистанции.		
	2.	Совершенствовать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».		
	3.	Повышение уровня ОФП.		
	Практические занятия		6	
	1.	Совершенствование техники бега на средние дистанции	4	
	2.	Совершенствование техники прыжок в длину с разбега.	2	
Тема 2.4. Бег на длинные дистанции.	Содержание		6	3
	1.	Совершенствовать технику бега по дистанции.		
	2.	Овладение техникой старта, стартового разбега, финиширования.		
	3.	Разучивание комплексов специальных упражнений.		
	Практические занятия		6	
	1.	Воспитание выносливости.		
Тема 2.5. Бег на короткие, средние и длинные дистанции.	Содержание		20	3
	1.	Выполнение контрольного норматива: бег 100 метров на время.		
	2.	Выполнение К.Н.: прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».		
	3.	Выполнение К.Н.: 500 метров – девушки, 1000 метров – юноши.		
	Практические занятия		20	
	1.	Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	8	
	2.	Совершенствование техники бега на средние дистанции.	6	
	3.	Совершенствование техники бега на длинные дистанции.	6	
	Самостоятельная работа		72	
	1.	Составление комплексов упражнений.	8	
	2.	Совершенствование техники бега на короткие, средние и длинные дистанции, дыхательные упражнения, утренняя гимнастика.	64	

<p>Раздел 3. Баскетбол</p> <p>Тема 3.1. Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места.</p>	<p>Содержание</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Овладение техникой выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча с места. 2. Основные направления развития физических качеств. 3. Формирование ценностной ориентации и мотивации здорового образа жизни. <p>Практические занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Овладение и закрепление техникой ведения и передачи мяча в баскетболе. 	<p>48</p> <p>6</p>	<p>2</p>
<p>Тема 3.2. Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, ведение – 2 шага – бросок.</p>	<p>Содержание</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Закрепление техники ведения и передачи мяча в движении и броска мяча в кольцо - «ведение – 2 шага – бросок». 2. Совершенствование техники выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места. 3. Развитие логического мышления в баскетболе. <p>Практические занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование техники ведения и передачи мяча в движении, выполнения упражнения «ведение-2 шага-бросок». 	<p>8</p>	<p>2</p>
<p>Тема 3.3. Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колоне и кругу, правила баскетбола.</p>	<p>Содержание</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование техники выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колоне и кругу. 2. Совершенствование техники выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста. 3. Закрепление техники выполнения среднего броска с места. 4. Применение правил игры в баскетбол в учебной игре. <p>Практические занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование техники выполнения штрафного броска, 	<p>6</p>	<p>3</p>

		перемещение в защитной стойке баскетболиста, правила игры в баскетбол.		
Тема 3.4. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом.	Содержание		10	3
	1.	Совершенствовать технику владения мячом.		
	2.	Выполнение контрольных нормативов: «ведение – 2 шага – бросок».		
	3.	Выполнение контрольных нормативов: бросок мяча с места под кольцом.		
	4.	Совершенствовать технические элементы баскетбола в учебной игре.		
	Практические занятия		10	
	1.	Совершенствование техники владения баскетбольным мячом.		
	Самостоятельная работа		18	
	1.	Совершенствование техники владения баскетбольным мячом, выполнение комплексов специальных упражнений на развитие быстроты и координации.		
Раздел 4. Волейбол			42	
Тема 4.1. Техника перемещений, стоек, технике верхней и нижней передач двумя руками.	Содержание		4	2
	1.	Овладение техникой перемещения, стоек, верхней и нижней передачи мяча двумя руками.		
	2.	Закрепление техники выполнения специальных подводящих упражнений верхней и нижней передач.		
	3.	Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху и снизу на месте и после перемещения.		
	Практическое занятие		4	
	1.	Владение техникой верхней и нижней передачи мяча в волейболе.		
Тема 4.2. Техника нижней			4	

подачи и приёма после неё.	1.	Обучение технике нижней подачи и приёма после неё. Выполнение техники перемещения, стоек, верхней и нижней передач мяча двумя руками. Закрепление техники приёма мяча с подачи двумя руками снизу на месте. Совершенствование техники владения мячом в учебной игре.	2	
	2.			
	3.			
	4.			
Практическое занятие		4		
Тема 4.3 .Техника прямого нападающего удара. Техника изученных приёмов.	1.	Обучение и закрепление технике нижней прямой подачи, прием с подачи, учебная игра.	2	
	Содержание			
	1.			Обучение технике прямого нападающего удара. Совершенствование техники изученных приёмов. Применение изученных приемов в учебной игре.
	2.			
3.				
Практическое занятие		2		
Тема 4.4. Совершенствование техники владения волейбольным мячом.	1.	Выполнение технических элементов в учебной игре.	2	
	Содержание			
	1.			Приём контрольных нормативов: передача мяча над собой снизу, сверху. Приём контрольных нормативов: подача мяча на точность по ориентирам на площадке. Учебная игра с применением изученных положений.
	2.			
3.				
Практическое занятие		2		
Самостоятельная работа	1.	Совершенствование техники владения техническими элементами в волейболе.	30	
	Самостоятельная работа			
	1.			Самостоятельная работа над оздоровительной программой по заболеванию для специальной медицинской группы.
	2.			

<p>Раздел 5. Лыжная подготовка</p> <p>Тема 5.1. Техника попеременного двухшажного хода.</p> <p>Техника подъёмов и спуска в «основной стойке».</p>	<p>Содержание</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Выполнение техники попеременного двухшажного хода. 2. Выполнение техники подъёмов «полуёлочкой» и «ёлочкой», и спуска в «основной стойке». 3. Применение изученных способов передвижения на учебно-тренировочном круге. <p>Практические занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение и закрепление техники лыжных ходов на учебном круге. 2. Обучение и закрепление техники подъема и спусков. 	<p>76</p> <p>10</p>	<p>2</p>
<p>Тема 5.2. Техника одновременного бесшажного и одношажного ходов, подъёмов «полуёлочкой» и «ёлочкой».</p>	<p>Содержание</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Овладение техникой одновременного бесшажного хода, спуска в «основной стойке». 2. Овладение техникой подводящих упражнений, при обучении подъёмов и спусков на учебном склоне. 3. Применение изученных способов передвижения на учебно-тренировочном круге. <p>Практические занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Закрепление техники перемещения на лыжах на учебном круге. 2. Воспитание выносливости. 	<p>10</p> <p>6</p> <p>4</p>	<p>2</p>
<p>Тема 5.3. Техника поворота «переступанием», «плугом».</p> <p>Техника перехода с хода на ход.</p>	<p>Содержание</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Овладение техникой поворота «переступанием», «плугом». 2. Совершенствование техники попеременного двухшажного хода, одновременных ходов, подъёмов, спусков на учебном круге, на учебном склоне. 	<p>10</p>	<p>3</p>

	Практические занятия	10	
Тема 5.4. Совершенствование техники перемещения лыжных ходов.	1. Закрепление техники поворота на прямой площадке и на склоне.	4	
	2. Совершенствование техники перемещения лыжных ходов на учебном круге.	6	
	Содержание	12	3
	1. Оценка техники попеременного двухшажного хода на учебном круге. Оценка техники спуска в «основной стойке», подъема «ёлочкой» на учебном склоне. 2. Оценка техники поворота «плугом» со склона средней крутизны. 3. Прием контрольных нормативов на дистанции 3км у девушек, дистанции 5 км у юношей. 4.		
	Практические занятия	12	
	1. Совершенствование техники попеременного двухшажного хода.	4	
	2. Выполнение контрольных нормативов в ходьбе на лыжах: девушки (3 км.), юноши (5 км).	4	
	3. Совершенствование техники спуска и подъема.	4	
	Самостоятельная работа	34	
	1. Совершенствование техники лыжного хода, выполнение комплексов упражнений на все группы мышц, воспитание выносливости.		
Раздел 6. Гандбол Тема 6.1. Техника владения мячом на месте. Стойка вратаря, удары по воротам.	Содержание	32	
	1. Обучение технике передачи и ловли гандбольного мяча на месте. Обучение техники броскам мяча по воротам с места. 2. Обучение правилам игры в гандбол. 3. Обучение жестам судей. 4.	4	2

	Практические занятия	4	
Тема 6.2. Техника владения мячом в движении. Тактика игры в гандбол.	<p>1. Овладение техническим элементам гандбола.</p> <p>Содержание</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение технике ведения гандбольного мяча в движении. 2. Формирование ценностной ориентации и мотивации здорового образа жизни. 3. Воспитание морально волевых качеств, необходимых для профессиональной и общественной реализации личности студента. 	4	2
Тема 6.3. Техника владения мячом. Перемещения, передачи мяча, броски по воротам.	<p>Практические занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Овладение и закрепление техники ведения гандбольного мяча в движении, выполнение тактических действий в игре, воспитание волевых качеств. <p>Содержание</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение технике перемещения гандболиста. 2. Закрепление техники передачи и ловли мяча в движении. 3. Обучение броску мяча по воротам с места. 4. Обучение технике ведения мяча с изменением направления. 5. Ознакомление с правилами игры в гандбол. 	4	2
Тема 6.4. Совершенствование техники владения гандбольным мячом.	<p>Практические занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Овладение и закрепление техническим элементам в гандболе. <p>Содержание</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сдача контрольных нормативов: броски мяча по воротам с места, игра вратаря. 2. Выполнение сочетания технических элементов: ведение, передача, бросок; тактика игры. 3. Совершенствование техники передач и ловли гандбольного мяча. 	8	3

	Практические занятия		8	
	1.	Совершенствование технических элементов в гандболе.		
	Самостоятельная работа		12	
Раздел 7. Оценка уровня физического развития Тема 7.1. Основы методики оценки и коррекции телосложения.	1.	Совершенствование технических элементов в гандболе, выполнение комплексов упражнений утренней гигиенической гимнастики, упражнения на ловкость, быстроту и координацию.	12	
	Содержание		2	
	1.	Ознакомление с технологией регламентированных занятий по физическому воспитанию с направленностью на коррекцию телосложения студентов.		
	2.	Ознакомление с упражнениями по физическому воспитанию студентов с вариативным компонентом, направленным на коррекцию телосложения.		
3.	Ознакомление с методикой коррекции телосложения студентов.			
	Практическое занятие		2	
	1.	Обучение основам методики оценки и коррекции телосложения.		
	Содержание		2	
Тема 7.2. Методы контроля физического состояния здоровья, самоконтроль.	1.	Ознакомление с методикой самоконтроля, его основные методы и показатели.		2
	2.	Ознакомление с дневником самоконтроля.		
	3.	Применение отдельных методов контроля при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.		

	Практическое занятие	2	
	1. Методы контроля физического состояния здоровья, самоконтроль.		
Тема 7.3. Организация и методика проведения коррегирующей гимнастики при нарушениях осанки.	Содержание	2	2
	1. Ознакомление с методикой проведения коррегирующей гимнастики. Обучение коррегирующей гимнастики (формирование правильной осанки и исправление дефектов осанки. 2. Общие задачи (подбор специальных и общеразвивающих упражнений, соответствующих возрасту и физической подготовленности детей).		
	Практическое занятие	2	
	1. Организация и методика проведения коррегирующей гимнастики при нарушениях осанки.		
Тема 7.4. Организация и методика подготовки к туристическому походу.	Содержание	2	2
	1. Организация и подготовка туристических походов. 2. Схема последовательности этапов организации и подготовки похода. 3. Последовательность заполнения рюкзака. 4. Укладка палатки. Продукты питания. Режим передвижения по местности. 5. Организационное и материально-техническое обеспечение похода.		
	Практическое занятие	2	
	1. Организация и методика подготовки к туристическому походу.		
Тема 7.5. Организация и	Содержание	2	

методика проведения закаливающих процедур.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование и совершенствование функциональных систем, направленных на повышение иммунитета организма. 2. Обучение закаливающим мероприятиям. 3. Принципы закаливания. 4. Основные методы закаливания. 5. Гигиенические требования при проведении занятий по закаливанию. 		2
	Практическое занятие	2	
	1. Организация и методика проведения закаливающих процедур.		
Тема 7.6. Основы методики регулирования эмоциональных состояний.	Содержание	2	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Методика регулирования эмоций. 2. Ознакомление с методикой определения эмоциональных состояний человека. 3. Тестирование эмоциональных состояний. 4. Оценка и рекомендации по коррекции эмоциональных состояний. 		2
	Практическое занятие	2	
	1. Индивидуальные беседы с обучающимися по формированию здорового образа жизни и экологической культуры личности.		
	Итого	344	

Для характеристики уровня усвоения учебного материала используются следующие обозначения:

1.- ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);

2.- репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);

3.- продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач.

3.КАЛЕНДАРНЫЙ ГРАФИК ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Модуль 6. Досуговая, творческая и социально-культурная деятельность по организации и проведению значимых событий и мероприятий

Дата и место, проведения	Название мероприятия	Форма проведения мероприятия	Ответственный	Достижения обучающихся
Январь 2025	Индивидуальные беседы с обучающимся по формированию здорового образа жизни и экологической культуры личности.	Индивидуальная	Манченко А.Н..	Сформированность компетенций ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 07, 08, 09, 11, 12, 13, 14.

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРИМЕРНОЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Требования к материально-техническому обеспечению

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

Спортивный зал: оснащенный оборудованием: баскетбольные, футбольные, волейбольные мячи; щиты, ворота, корзины, сетки, стойки, антенны; сетки для игры в бадминтон, ракетки для игры в бадминтон, оборудование для силовых упражнений; оборудование для занятий аэробикой, гимнастическая перекладина, шведская стенка, секундомеры, мячи для тенниса, дорожка резиновая разметочная для прыжков и метания; оборудование, необходимое для реализации части по профессионально-прикладной физической подготовке. лыжные базы с лыжехранилищами, мастерскими для мелкого ремонта лыжного инвентаря и теплыми раздевалками; учебно-тренировочные лыжни и трассы спусков на склонах, отвечающие требованиям безопасности; лыжный инвентарь; техническими средствами обучения: музыкальный центр, выносные колонки, микрофон, компьютер, мультимедийный проектор, экран для обеспечения возможности демонстрации комплексов упражнений; электронные носители с записями комплексов упражнений для демонстрации на экране.

Стрелковый мобильный пневматический тир с комплектом пневматического оружия МР-512.

Тренажерный зал общефизической подготовки: тренажеры, спортивные снаряды, спортивный инвентарь.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий: элементы полосы препятствий, беговые дорожки, инвентарь спортивный.

4.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Ильинич В.И.Физическая культура студента и жизнь/ В.И.Ильинич. – М.: Гардарики, 2015.

2. Ильинич В.И. Физическая культура студента: Учебник для студентов высших учебных заведений / Под общей редакцией В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2016.
3. Евсева С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник/ Под ред. проф. С.П. Евсева. – М.: 2016.

Интернет-ресурсы:

1. www.lib.sportedu.ru
2. www.school.edu.ru
3. <http://www.infosport.ru/minsport/>

Дополнительные источники:

1. Волков В.Ю. Физическая культура: Печатная версия электронного учебника/ В.Ю.Волков, Л.М.Волкова: 2-ое изд. испр. и доп. – СПб.: Изд-во Политехн. Ун-та. 2015.
2. Ильинич В.И. Студенческий спорт и жизнь: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / В.И.Ильинич – М.:АО "Аспект Пресс", 2015
3. Лутченко Н.Г.Самостоятельные занятия физическими упражнениями: Учебно-методическое пособие / Н.Г.Лутченко, В.А.Щеголев, В.Ю.Волков, и др.: – СПб.: СПбГТУ, 2016
4. Родиченко В.С. и др. Олимпийский учебник студента: Пособие для формирования системы олимпийского образования в нефизкультурных высших учебных заведениях / В.С.Родиченко – 5-е изд., перераб. и доп. – М.: Советский спорт, 2016

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ И ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<i>1</i>	<i>2</i>
Умения:	
1. Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	Оценка результатов выполнения комплексов упражнений, тестирования физических качеств по дневнику самоконтроля.
Знания:	
1. О роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	Оценка результатов тестирования, физической подготовленности студентов по видам спорта.
2. Основы здорового образа жизни	Оценка выполнения практического задания: комплексы глазодвигательной, дыхательной, коррекционной гимнастики; ЛФК массаж по заболеваниям.

6. АДАПТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Адаптация рабочей программы дисциплины «Физическая культура» проводится при реализации адаптивной образовательной программы – программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 31.02.03 «Лабораторная диагностика» в целях обеспечения права инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья на получение профессионального образования, создания необходимых для получения среднего профессионального образования условий, а также обеспечения достижения обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья результатов формирования практического опыта.

Оборудование учебного кабинета биологии для обучающихся с различными видами ограничения здоровья.

Оснащение кабинета биологии в соответствии с п. 3.1. должно отвечать особым образовательным потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Кабинет должен быть оснащен оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения для обучающихся с различными видами ограничений здоровья.

Кабинет, в котором обучаются лица с нарушением слуха, должен быть оборудован радиоклассом, компьютерной техникой, аудиотехникой, видеотехникой, электронной доской, мультимедийной системой.

Для слабовидящих обучающихся в кабинете предусматриваются просмотр удаленных объектов при помощи видеувеличителей для удаленного просмотра. Использование Брайлевской компьютерной техники, электронных луп, программ не визуального доступа к информации, технических средств приема-передачи учебной информации в доступных формах.

Для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата кабинет должен быть оборудован передвижными регулируемым партами с источником питания.

Вышеуказанное оснащение устанавливается в кабинете при наличии обучающихся по адаптированной образовательной программе с учетом имеющегося типа нарушений здоровья у обучающегося.

Информационное и методическое обеспечение обучающихся.

Доступ к информационным и библиографическим ресурсам, указанным в п. 3.2. рабочей программы, должен быть представлен в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья:

Для лиц с нарушениями зрения (не менее одного вида):

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла;
- в печатной форме на языке Брайля.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата (не менее одного вида):

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нервно-психическими нарушениями (расстройство аутистического спектра, нарушение психического развития) (не менее одного вида):

- использование текста с иллюстрациями;
- мультимедийные материалы.

Во время самостоятельной подготовки обучающиеся инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья должны быть обеспечены доступом к сети Интернет.

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения.

Применяемые при реализации рабочей программы дисциплины «Физическая культура» формы и методы контроля проводятся с учетом ограничения здоровья обучающихся.

Целью текущего контроля является своевременное выявление затруднений и отставания обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и внесение коррективов в учебную деятельность.

Форма промежуточной аттестации устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.).

При проведении промежуточной аттестации обучающемуся с ограниченными возможностями здоровья предоставляется время на подготовку к ответу, увеличенное не более чем в три раза установленного для подготовки к ответу обучающемуся, не имеющим ограничений в состоянии здоровья.

7. ЛИСТ ВНЕСЕННЫХ ИЗМЕНЕНИЙ

Дополнения и изменения в рабочей программе