

**Аннотация к рабочей программе  
учебной дисциплины « Физическая культура »  
для специальности среднего профессионального образования  
34.02.01 Сестринское дело (базовая подготовка).**

Рабочая программа разработана на основе документов:

-федерального государственного стандарта среднего профессионального образования по специальности 34.02.01 Сестринское дело базовой подготовки, утвержденной приказом Министерства образования и науки РФ от 12 мая 2014 г. № 502.

-локального нормативного акта «Положение о рабочей программе учебной дисциплины и профессионального модуля ОГБПОУ «Саянский медицинский колледж».

-учебного плана ОГБПОУ « Саянский медицинский колледж».

Содержание программы реализуется в процессе освоения обучающимися программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 34.02.01 Сестринское дело в соответствии с требованиями ФГОС СПО .

### **Физическая культура**

#### **1.1. Область применения программы.**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена ОГБПОУ«Саянский медицинский колледж» по специальности СПО34.02.01 Сестринское дело (базовая подготовка), разработанной в соответствии с ФГОС СПО .

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована при изучении физической культуры в дополнительном профессиональном образовании, по специальности Сестринское дело.

Рабочая программа составлена для очной *формы обучения*.

#### **1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена.**

Учебная дисциплина физическая культура входит в состав дисциплин общего гуманитарного и социально – экономического цикла ОГСЭ. 00.

#### **1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

##### Базовая часть

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

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

В результате освоения дисциплины обучающиеся должны **знать**:

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

- основы здорового образа жизни.

##### Вариативная часть – не предусмотрена

В процессе освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы общие компетенции (ОК):

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 выполнение 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 на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать и осуществлять 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. Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.

ОК 13. Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

#### 1.4. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной деятельности	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	348
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	174
в том числе:	
лабораторные занятия	не предусмотрено
практические занятия	172
контрольные работы	не предусмотрено
курсовая работа (проект)	не предусмотрено
самостоятельная работа обучающихся (всего)	174
в том числе:	
Самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	не предусмотрено
-освоение, закрепление и совершенствование техники изучаемых действий в процессе самостоятельных занятий лёгкой атлетикой.	52
-ведение дневника самоконтроля по оценке уровня физического развития	2
-изучение правил игры, схема площадки;	2
- совершенствование техники и тактики игры в волейбол в процессе самостоятельных занятий.	2

-освоение, закрепление и совершенствование техники изучаемых ходов и движений в процессе самостоятельных занятий лыжной подготовкой. -первая помощь при травмах и обморожениях.	14 2
-освоение, закрепление и совершенствование техники изучаемых действий в процессе самостоятельных занятий плаванием -самоконтроль при занятиях плаванием, - ведение дневника самоконтроля по оценке уровня физического развития.	22 4 2
-освоение, закрепление и совершенствование техники изучаемых действий в процессе самостоятельных занятий атлетической гимнастикой, - ведение дневника самоконтроля по оценке уровня физического развития.	54 10
подготовка реферативных сообщений: -Диагноз и краткая характеристика заболевания студента	2
конспектирование текста  - Доступные методы закаливания;  - Регулирование эмоционального состояния;  - Оценка и коррекция телосложения;	2 2 2
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

