

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ставропольский государственный медицинский университет»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации  
**Ессентукский филиал**

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по учебной работе

  
С.Е. Нетёса  
« 28 » \_\_\_\_\_ 20 21 г.



**АННОТАЦИЯ**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
ОГСЭ.04 Физическая культура,  
специальность 34.02.01 Сестринское дело,  
базовая подготовка, очная форма обучения

Всего часов – 348

из них:

▪ аудиторных занятий – 174

в том числе:

– уроков – 2

– практических занятий – 172

▪ самостоятельная работа – 174

▪ форма контроля:

– дифференцированный зачет – VI семестр

# АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОГСЭ.04 Физическая культура

### **Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 34.02.01 Сестринское дело.

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

Учебная дисциплина «Физическая культура» относится к общему гуманитарному и социально-экономическому циклу специальности 34.02.01 Сестринское дело, изучается с первого по шестой семестр.

Учебная дисциплина обеспечивает необходимые знания, умения и компетенции для освоения последующих разделов, входящих в профессиональные модули.

### **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.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **иметь практический опыт:**

- использования информационно-коммуникационных технологий при изучении теоретического и практического материала дисциплины;
- поиска, анализа и систематизации информации для эффективной организации профессиональной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

**Общие компетенции**, которые актуализируются в процессе освоения дисциплины:

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 личного 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 личного 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.

## Объём учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объём часов
<b>Максимальная учебная нагрузка</b>	<b>348</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка</b>	<b>174</b>
в том числе:	
– практические занятия	172
<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	<b>174</b>
в том числе:	
– работа с учебником, энциклопедиями, справочниками, Интернет-ресурсами;	2
– подготовка информационного сообщения;	30
– написание доклада;	8
– создание электронной презентации;	10
– составление комплексов упражнений;	64
– отработка нормативов	60
<b>Итоговая аттестация в форме <u>дифференцированного зачета</u></b>	

## Тематический план учебной дисциплины

### ОГСЭ.04 Физическая культура

Коды компетенций	Наименование разделов и тем	Максимальная учебная нагрузка	Объём времени, отведенный на освоение дисциплины		
			Обязательная аудиторная нагрузка		Самостоятельная работа обучающегося, часов
			Теория, часов	Практические занятия, часов	
<b>Раздел 1. Основы физической культуры</b>					
ОК 1-13	Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студентов	4	2	-	2
<b>Раздел 2. Легкая атлетика</b>					
ОК 1-13	Бег на короткие дистанции	20	-	10	10
ОК 1-13	Бег на средние дистанции	24	-	12	12
ОК 1-13	Бег на длинные дистанции	28	-	14	14
ОК 1-13	Кроссовая подготовка	24	-	12	12
ОК 1-13	Прыжки в длину	20	-	10	10
<b>Раздел 3. Спортивная гимнастика</b>					
ОК 1-13	Вольные упражнения	32	-	16	16
ОК 1-13	Упражнения на развитие силы	40	-	20	20
ОК 1-13	Упражнения на развитие гибкости	24	-	12	12
ОК 1-13	Упражнения на развитие координации	24	-	12	12
ОК 1-13	Упражнения на развитие выносливости	12	-	6	6

<b>Раздел 4. Спортивные игры</b>					
ОК 1-13	Баскетбол	56	-	28	28
ОК 1-13	Волейбол	38	-	18	20
ОК 1-13	Итоговое занятие	2	-	2	-
<b>ИТОГО:</b>		<b>348</b>	<b>2</b>	<b>172</b>	<b>174</b>

## КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Формируемые компетенции	Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Основные показатели оценки результата
ОК 1, 2, 3, 4, 6, 9, 10, 13	<p><b>Знает:</b></p> <p>о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека</p>	<p>дает развёрнутое определение понятий «физическая культура», «спорт»;</p> <p>раскрывает роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</p> <p>обосновывает значение профессионально-прикладной физической подготовки медицинского работника.</p>
	<p>основы здорового образа жизни</p>	<p>перечисляет и раскрывает правила здорового образа жизни;</p> <p>поясняет критерии здорового человека;</p> <p>формулирует важность оздоровительной роли физической культуры и спорта;</p> <p>формулирует методы самоконтроля при занятиях физической культурой.</p>
ОК 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12, 13	<p><b>Умеет:</b></p> <p>использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей</p>	<p>выполняет комплексы упражнений общей физической подготовки, беговые упражнения, упражнения на развитие физических качеств;</p> <p>демонстрирует упражнения для проведения разминки;</p> <p>регулирует работоспособность, используя средства физической культуры;</p> <p>составляет план ЛФК при различных отклонениях в состоянии здоровья.</p>