

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ахвердова Ольга Альбертовна
Должность: Директор
Дата подписания: 22.09.2026 00:10:03
Уникальный идентификатор:
4927f743b64a570c75bc5fbc77ef56d4eb0f1635

ПЯТИГОРСКИЙ МЕДИКО-ФАРМАЦЕВТИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

**филиал федерального государственного бюджетного образовательного
учреждения высшего образования**

«ВОЛГОГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

УТВЕРЖДАЮ

**Директор Пятигорского
медико-фармацевтического
института – филиала
ФГБОУ ВО ВолгГМУ Минздрава России**

_____ **О.А. Ахвердова**

«28» августа 2026 г.

Кафедра физического воспитания и здоровья

Рабочая программа дисциплины

«СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Пятигорск, 2026 год

Рабочая программа дисциплины СГ.04 Физическая культура разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее - СПО) 31.02.01. «Лечебное дело».

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	19
5. АДАПТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	20

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 является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы Пятигорского медико-фармацевтического института-филиала ФГБОУ ВО ВолгГМУ (очной формы обучения, на базе среднего общего образования) в соответствии с ФГОС по специальности 31.02.01. Лечебное 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, ЛР	Умения	Знания
ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10	<u>Уметь:</u> организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности; использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	<u>Знать:</u> психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности; роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для данной специальности; правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности

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	170
в т.ч. в форме практической подготовки	156
в том числе:	
теоретические занятия	-
практические занятия	156
<i>Самостоятельная работа</i>	2
Промежуточная аттестация	12

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН						
Модуль/ цикл дисц.	ДИСЦИПЛИНЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ЦИКЛА					
МДК/ дисц.	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА					
№ темы	Тема	Количество часов				
		всего	теория	практические	лаб. раб	конт
1 семестр		26				
Раздел 1. Физическая культура и формирование ЗОЖ		2				
Тема 1.1.	Здоровый образ жизни	2		2		
Раздел 2. Легкая атлетика		20				
Тема 2.1.	Совершенствование техники бега на короткие дистанции, технике спортивной ходьбы	4		4		
Тема 2.2.	Совершенствование техники длительного бега	4		4		
Тема 2.3.	Совершенствование техники прыжка в длину с места, с разбега	4		4		
Тема 2.4.	Эстафетный бег 4x100. Челночный бег	4		4		
Тема 2.5.	Выполнение контрольных нормативов в беге и прыжках	4		4		
	Промежуточная аттестация	2				
2 семестр		32				
Раздел 3. Волейбол						
Тема 3.1.	Стойки игрока и перемещения. Общая физическая подготовка (ОФП)	4				
Тема 3.2.	Приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками. ОФП	4				
Тема 3.3.	Нижняя прямая и боковая подача. ОФП	4				
Тема 3.4.	Верхняя прямая подача. ОФП	4				
Тема 3.5.	Тактика игры в защите и нападении	4				
Тема 3.6.	Основы методики судейства	4				
Тема 3.7.	Контроль выполнения тестов по волейболу	4				
Самостоятельная работа		2				
Промежуточная аттестация		2				
3 семестр		28				
Раздел 4. Баскетбол						
Тема 4.1.	Стойка игрока, перемещения, остановки, повороты. ОФП	4		4		
Тема 4.2.	Передачи мяча. ОФП	4		4		
Тема 4.3.	Ведение мяча и броски мяча в корзину с места, в движении, прыжком. ОФП	4		4		
Тема 4.4.	Техника штрафных бросков. ОФП	4		4		
Тема 4.5.	Тактика игры в защите и нападении. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам	6		6		
Тема 4.6.	Практика судейства в баскетболе	4		4		

Промежуточная аттестация		2				
4 семестр		20				
Раздел 5. Гимнастика						
Тема 5.1.	Строевые приемы	4		4		
Тема 5.2.	Техника акробатических упражнений	4		4		
Тема 5.3.	Общие положения профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) студентов-медиков	2		2		
Тема 5.4.	Комплексы упражнений в профессионально-прикладной физической подготовке (ППФП) студентов-медиков	4		4		
(юноши)	Разучивание и выполнение упражнений с гантелями или гирями					
(девушки)	Комплексы упражнений, ритмическая гимнастика					
Тема 5.5.	Составление комплекса ОРУ и проведение их обучающимися	4		4		
Промежуточная аттестация		2				
5 семестр		36				
Раздел 6. Бадминтон.						
Тема.6.1.	Игровая стойка, основные удары в бадминтоне	8		8		
Тема 6.2.	Подачи	8		8		
Тема 6.3.	Нападающий удар	8		8		
Тема 6.4.	Судейство соревнований по бадминтону	10		10		
Промежуточная аттестация		2				
6 семестр		28				
Раздел 7. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) Атлетическая, дыхательная гимнастика						
Тема.7.1.	Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов	10		10		
	Разучивание, закрепление и совершенствование профессионально значимых двигательных действий	8		8		
	Формирование профессионально значимых физических качеств	8		8		
	Дифференцированный зачет	2				
ИТОГО		170				

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, формирования которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Физическая культура и формирование ЗОЖ		2/2	
Тема 1.1. Здоровый образ жизни	Содержание учебного материала	2	ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	Здоровье населения России. Факторы риска и их влияние на здоровье. Современная концепция здоровья и здорового образа жизни. Мотивация ЗОЖ. Критерии эффективности здорового образа жизни. его основные методы, показатели и критерии оценки, использование методов стандартов, антропометрических индексов, номограмм, функциональных проб.		
	Организм, среда, адаптация. Культура питания. Возрастная физиология. Организация жизнедеятельности, адекватная биоритмам. Культура здоровья и вредные пристрастия. Средства физической культуры в регуляции работоспособности. Формирование валеологической компетенции в оценке уровня своего здоровья и формирования ЗОЖ.		
	Особенности организации физического воспитания в образовательном учреждении (валеологическая и профессиональная направленность). Цели и задачи физической культуры		
	В том числе практических занятий	2	
	Организм, среда, адаптация. Культура питания. Возрастная физиология. Организация жизнедеятельности, адекватная биоритмам. Культура здоровья и вредные пристрастия. Средства физической культуры в регуляции работоспособности. Формирование валеологической компетенции в оценке уровня своего здоровья и формирования ЗОЖ.	2	
Раздел 2. Легкая атлетика		20/20	

Тема 2.1. Совершенствование техники бега на короткие дистанции, технике спортивной ходьбы	Содержание учебного материала		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие № 1. Биомеханические основы техники бега; техники низкого старта и стартового ускорения; бег по дистанции; финиширование, специальные упражнения	4	
Тема 2.2. Совершенствование техники длительного бега	Содержание учебного материала		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие № 2. Совершенствование техники длительного бега во время кросса до 15-20 минут	4	
Тема 2.3. Совершенствование техники прыжка в длину с места, с разбега	Содержание учебного материала:		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие № 3. Специальные упражнения прыгуна (многоскоки, ускорения, маховые упражнения для рук и ног), ОФП	4	
Тема 2.4. Эстафетный бег 4x100. Челночный бег	Содержание учебного материала		ОК 04 ОК 08
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие № 4. Выполнение эстафетного бега 4x100, челночного бега	4	
Тема 2.5. Выполнение контрольных нормативов в беге и прыжках	Содержание учебного материала		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие № 5. Выполнение контрольных нормативов в беге, прыжков в длину с места, с разбега способом «согнув ноги», бег на выносливость	4	
Итоговое занятие	зачет	2	
Раздел 3. Волейбол		32/32	

Тема 3.1. Стойки игрока и перемещения. Общая физическая подготовка (ОФП)	Содержание учебного материала		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие № 6. Выполнение перемещения по зонам площадки, выполнение тестов по ОФП	4	
Тема 3.2. Приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками. ОФП	Содержание учебного материала		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие № 7. Выполнение комплекса упражнений по ОФП	4	
Тема 3.3. Нижняя прямая и боковая подача. ОФП	Содержание учебного материала		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие № 8. Выполнение упражнений на укрепление мышц кистей, плечевого пояса, брюшного пресса, мышц ног	4	
Тема 3.4. Верхняя прямая подача. ОФП	Содержание учебного материала		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие № 9. Выполнение упражнений на укрепление мышц кистей, плечевого пояса, брюшного пресса, мышц ног	4	
Тема 3.5. Тактика игры в защите и нападении	Содержание учебного материала		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие № 10. Отработка тактики игры, выполнение приёмов передачи мяча	4	

Тема3.6. Основы методики судейства	Содержание учебного материала		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие № 11. Отработка навыков судейства в волейболе	4	
Тема 3.7. Контроль выполнения тестов по волейболу	Содержание учебного материала		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие № 12. Выполнение передачи мяча в парах	2	
	Практическое занятие № 13. Игра по упрощённым правилам волейбола	2	
Самостоятельная работа	Практическое занятие № 14. Игра по правилам	2	
Итоговое занятие	зачет	2	
Раздел 4. Баскетбол		28/28	
Тема 4.1. Стойка игрока, перемещения, остановки, повороты. ОФП	Содержание учебного материала		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие № 15. Выполнение упражнений для укрепления мышц плечевого пояса, ног	4	
Тема4.2. Передачи мяча. ОФП	Содержание учебного материала		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие № 16. Выполнение упражнений для развития скоростно-силовых и координационных способностей, упражнений для развития верхнего плечевого пояса.	4	
Тема4.3. Ведение мяча и броски	Содержание учебного материала		ОК 04
	В том числе практических занятий	4	

мяча в корзину с места, в движении, прыжком. ОФП	Практическое занятие № 17. Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног, брюшного пресса	4	ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
Тема4.4. Техника штрафных бросков. ОФП	Содержание учебного материала		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие № 18 Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног	4	
Тема4.5. Тактика игры в защите и нападении. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам	Содержание учебного материала		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	6	
	Практическое занятие № 19. Игра по упрощенным правилам баскетбола	2	
	Практическое занятие № 20. Игра по правилам	4	
Тема4.6. Практика судейства в баскетболе	Содержание учебного материала		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие 21. Практика в судействе соревнований по баскетболу	2	
	Практическое занятие 22. Выполнение контрольных упражнений: ведение змейкой с остановкой в два шага и броском в кольцо; штрафной бросок; броски по точкам; баскетбольная «дорожка»	2	
Итоговое занятие	зачет	2	
Раздел 5. Гимнастика		20/20	
Тема 5.1. Строевые приемы	Содержание учебного материала		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие № 23. Отработка строевых приёмов	4	

Тема 5.2. Техника акробатических упражнений	Содержание учебного материала		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие № 24. Отработка техники акробатических упражнений	4	
Тема 5.3. Общие положения профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) студентов-медиков	Содержание учебного материала	2	ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	ППФП: упоры, махи, специальные упражнения. Знать правила техники безопасности; уметь страховать партнера. Комплексы упражнений с гантелями, гириями (только для юношей). Упражнения ППФП на разные группы мышц на координацию, равновесие и гибкость		
	В том числе практических занятий	2	
Тема 5.4. Комплексы упражнений в профессионально-прикладной физической подготовке (ППФП) студентов-медиков	Содержание учебного материала	4	ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	Практическое занятие № 25. Разучивание и выполнение упражнений с гантелями или гириями (юноши)	2/-	
	В том числе практических занятий		
	Практическое занятие № 26. Комплексы упражнений, ритмическая гимнастика (девушки)	-/2	
Тема 5.5. Составление комплекса ОРУ и проведение их обучающимися	Содержание учебного материала	4	ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	Требования к составлению комплекса ОРУ, терминология; составление комплексов ОРУ без предметов, с предметами (мячи, палки, скакалки и др.). Направленность общеразвивающих упражнений; основные положения рук, ног, терминологию; провести с группой по одному общеразвивающему упражнению, комплекс ОРУ		
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие № 27. Выполнение комплекса ОРУ Практическое занятие № 28. Контроль комбинации по акробатике	2	
	Практическое занятие № 29-30. Контроль выполнения упражнений по ритмической гимнастике, гиревому спорту. ППФП	2	
Итоговое занятие	зачет	2	

Раздел 6. Бадминтон.		36/36	ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
Тема.6.1. Игровая стойка, основные удары в бадминтоне	Содержание учебного материала		
	В том числе практических занятий	8	
	Практическое занятие № 31. Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног, брюшного пресса, комплексы упражнений атлетической и дыхательной гимнастики	8	
Тема 6.2. Поддачи	Содержание учебного материала		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	8	
	Практическое занятие № 32. Отработка подач	8	
Тема 6.3. Нападающий удар	Содержание учебного материала:		ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	8	
	Практическое занятие № 33. Отработка атакующих ударов, нападающего удара «смеш»	8	
Тема 6.4. Судейство соревнований по бадминтону	Содержание учебного материала	10/10	ОК 04 ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	В том числе практических занятий	10	
	Практическое занятие № 34. Игра по упрощённым правилам. Судейство соревнований по бадминтону	4	
	Практическое занятие № 35. Контроль техники подач, ударов справа, слева	2	
	Практическое занятие № 36. Контроль техники игры: одиночные, парные игры	4	
Итоговое занятие	зачет	2	
Раздел 7. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) Атлетическая, дыхательная гимнастика		26/26	ОК 04
Тема.7.1. Сущность и содержание	Содержание учебного материала		
	В том числе практических занятий	10	

ППФП в достижении высоких профессиональных результатов	Практическое занятие № 37 Значение психофизической подготовки человека к профессиональной деятельности. Социально-экономическая обусловленность необходимости подготовки человека к профессиональной деятельности. Основные факторы и дополнительные факторы, определяющие конкретное содержание ППФП обучающихся с учетом специфики будущей профессиональной деятельности. Цели и задачи ППФП с учетом специфики будущей профессиональной деятельности. Профессиональные риски, обусловленные спецификой труда. Анализ профессиограммы.	4	ОК 08 ЛР 3 ЛР 9 ЛР 10
	Практическое занятие № 38 Средства, методы и методики формирования профессионально значимых двигательных умений и навыков., формирования профессионально значимых физических и психических свойств и качеств. Средства, методы и методики формирования устойчивости к заболеваниям профессиональной деятельности. Прикладные виды спорта. Прикладные умения и навыки. Оценка эффективности ППФП	6	
	В том числе практических занятий	16	
	Практическое занятие № 39. Разучивание, закрепление и совершенствование профессионально значимых двигательных действий	8	
	Практическое занятие № 40. Формирование профессионально значимых физических качеств	8	
Итоговое занятие	Дифференцированный зачет	2	
Самостоятельная работа		2	
Теоретические/практические занятия		156	
Промежуточная аттестация		12	
Всего		170	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
Зал атлетической гимнастики (1 этаж) Ставропольский край, г. Пятигорск, пр-кт Калинина, д. 11	Основное оборудование: Гиря чугунная 16 кг Гиря чугунная 24 кг Гриф для штанги 50 мм К грифу 50мм до 200кг К диск обрезной 2,5 К диск обрезной 20 К диск обрезной 1,25 К диск обрезной 10 К диск обрезной 15 К диск обрезной 5 Коврик резиновый Стойка для жима лежа горизонтально Стол для армспорта Тренажер биомеханический для мышц Тренажер на заднюю поверхность бедра стоя	VeralTestProfessional 2.7 Электронная версия. Акт предоставления прав № IT178496 от 14.10.2015. Бессрочно. Учебный портал E-LEARNING используется на основе договора № 11 с ООО «Открытые технологии» от 22.01.2025 г., срок действия по 31.12.2025 г. Операционные системы OEM (на OS Windows 95c предустановленным лицензионным программным обеспечением): OS Windows 95, OS Windows 98; OS Windows ME, OS Windows XP; OS Windows 7; OS Windows 8; OS Windows 10. На каждом системном блоке и/или моноблоке и/или ноутбуке. Номер лицензии скопирован в ПЗУ аппаратного средства и/или содержится в наклеенном на устройство стикере с голографической защитой. Бессрочно. Kaspersky Endpoint Security – Стандартный Russian Edition. 100-149 Node 1 year Educational Renewal License GoogleChrome Свободное и/или безвозмездное ПО; Браузер «Yandex» (Россия) Свободное и/или безвозмездное ПО 7-zip (Россия) Свободное и/или безвозмездное ПО AdobeAcrobat DC / AdobeReader Свободное и/или безвозмездное ПО
Зал атлетической гимнастики (3 этаж). Ставропольский край, г. Пятигорск, пр-кт Калинина, д. 11	Основное оборудование: гриф гантельный, тренажер Примус, тренажер силовой winner	
Зал оздоровительной гимнастики (1 этаж- шейпинг). Ставропольский край, г. Пятигорск, пр-кт Калинина, д. 11	Основное оборудование: Велозргомметр FITMED; Вибромассажер ВМ 1200; Гантели неопреновые 1 кг; ДартсLarsenпресс.картон.; Коврик для фитнеса; Коврик для фитнеса; Кресло офисное E -279 Budget; Лестница – стремянка; Мяч гимнастический; Мяч гимнастический GB-105 65 см, прозрачный розовый; Обруч гимнаст.диам. 900 мм 360 гр.8; Обруч утяжеленный 1,850; Огнетушитель углекислотный ОУ -2;	

	Сплит – система настенная GC/GU- S24HR; Сплит – система настенная GC/GU- S30HR; Степ – платформа; Стол теннисный StartLineOLIMPIK; Стол теннисный StartLineOLIMPIK.6020; Утяжелители Стандарт 2*1 кг в коробке (парные); Утяжелители Стандарт 2*2 кг в коробке (парные); Компрессор электрический FTC110 VOLCANO Насос 20 см, JOGEL, гибкий шланг, игла, насадка для фитбола; Персональный компьютер в сборе (монитор ж/к BENG17, мышь, клавиат., системный блок); Секундомер 100; Фонарь электрический переносной аккумуляторный; Шлюз GSMDC03	
--	--	--

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.

3.2.1. Основные печатные и электронные издания

1. М. П. Анисимов. – Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный аграрный университет (СПбГАУ), 2020. – 86 с. – Режим доступа: по подписке. —
URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=613175>

2. Коровин, С. С. Физическая культура. Ценности. Личность: учебное пособие для обучающихся системы среднего профессионального образования и обучающихся — бакалавров высшего образования : [12+] / С. С. Коровин. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 199 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=570992>
3. Шеенко, Е. И. Физическая культура человека (основные понятия и ценности) : учебное пособие : [12+] / Е. И. Шеенко, Б. Г. Толистинов, И. А. Халев ; Алтайский филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 81 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=597370>.

3.2.2. Дополнительные источники

1. Виленский, М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учеб. пособие /М.Я. Виленский, А.Г. Горшков.- М.: КНОРУС, 2012.- 240 с.
2. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура: учеб.- М.: ГЭОТАР-Медиа, 2014.
3. Спортивная медицина: учеб./ под ред. Епифанова, В.А.- М.: ГЭОТАР-Медиа, 2002.- 560 с.
4. Физическая культура: учеб. для учреждений сред. проф. обр. / Н.В. Решетников[и др.].- 14-е изд., испр.- М.: Академия, 2014.- 176 с.
5. Холодов, Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие.- М.: Академия, 2009.- 480 с.
6. Епифанов, В. А. Лечебная физическая культура и массаж : учебник / В. А. Епифанов. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2023. - 528 с. - ISBN 978-5-9704-7759-5. - Электронная версия доступна на сайте ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. URL:

<https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970477595.html> - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

7. Физическая культура : учебник : [16+] / Л. В. Захарова, Н. В. Люлина, М. Д. Кудрявцев [и др.] ; Сибирский федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М.Ф. Решетнева, Сибирский юридический институт МВД России. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2017. – 612 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151>.
8. Физическая культура и спорт в вузе : учебное пособие : [16+] / А. В. Завьялов, М. Н. Абраменко, И. В. Щербаков, И. Г. Евсеева. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 106 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572425>.
9. Физическая культура и физическая подготовка : учебник / В. Я. Кикоть, И. С. Барчуков, Ю. Н. Назаров [и др.] ; под ред. В. Я. Кикоть. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юнити-Дана, 2020. – 456 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=692047>.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Знать: роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для данной специальности;	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; проводит индивидуальные	Устный опрос. Тестирование. Результаты выполнения контрольных нормативов

правила и способы планирования индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности	занятия физическими упражнениями различной направленности	
<u>Уметь:</u> 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; выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартом при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма	обучающийся использует физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользуется средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности; выполняет контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартом при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организм	Выполнение комплекса упражнений. Регулирование физической нагрузки. Владение навыками контроля и оценки. Подбор средств и методов занятий

5. АДАПТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Адаптация рабочей программы дисциплины «Физическая культура» проводится при реализации адаптивной образовательной программы – программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 31.02.01 Лечебное дело 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 кабинета Физическая культура для обучающихся с различными видами ограничения здоровья

Оснащение Спортивного зала должно отвечать особым образовательным потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Кабинеты должны быть оснащены оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения для обучающихся с различными видами ограничений здоровья.

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 (не менее одного вида):

Для лиц с нарушениями зрения:

- 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:

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

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

- 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

Указанные в п. 4 программы 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 предоставляется время на подготовку к ответу, увеличенное не более чем в три раза, установленного для подготовки к ответу обучающимся, не имеющим ограничений в состоянии здоровья.