Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
"Красноярский государственный медицинский университет
имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого"
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Отделение Сестринское дело
Отделение Лабораторная диагностика
Отделение Фармация

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

"Физическая культура"

по специальности 34.02.01 Сестринское дело на базе среднего общего образования очная форма обучения

2023 год

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
"Красноярский государственный медицинский университет
имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого"
Министерства здравоохранения Российской Федерации

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной,
воспитательной работе
и молодежной политике
д.м.н., доцент
И.А. Соловьева _____

21 июня 2023

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

Дисциплины «Физическая культура»

Очная форма обучения

Отделение Сестринское дело

Отделение Лабораторная диагностика

Отделение Фармация

Курс - I, II

Семестр - I, II, III, IV

Практические занятия - 110 час.

Зачет - I, II, III семестр

Зачет с оценкой - IV семестр

Всего часов - 110

2023 год

При разработке рабочей программы дисциплины в основу положены:

1) ФГОС СПО по 34.02.01 Сестринское дело на базе среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства Просвещения Российской Федерации 4 июля 2022 № 527

2) Учебный план по специальности 34.02.01 Сестринское дело на базе среднего общего образования, утвержденный ректором ФГБОУ ВО КрасГМУ им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого Минздрава России17.05.2023 г.

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры (протокол № 10 от 15 июня 2023 г.)

Заведующий отделения Сестринское дело Кудрявцева Б.В.

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры (протокол № 10 от 15 июня 2023 г.)

Заведующий отделения Лабораторная диагностика Нечесова Ж.В.

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры (протокол № 10 от 15 июня 2023 г.)

Заведующий отделения Фармация Двужильная Н.В.

Согласовано:

Руководитель Фармацевтического колледжа Селютина Г.В.

23 июня 2023 г.

Председатель ЦМК Общепрофессиональных дисциплин Донгузова Е.Е.

Программа заслушана и утверждена на заседании методического совета ФК (протокол № 10 от 21 июня 2023 г.)

Методист методического отдела УМУ Ветрова Д.С.

Авторы:

- Караваева В.Н.

1. Вводная часть

1.1. Планируемые результаты освоения образовательной программы по дисциплине

Цель освоения дисциплины "Физическая культура" состоит в формировании умений: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; знаний: о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основ здорового образа жизни.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре ППССЗ университета

1.2.1. Дисциплина «Физическая культура» относится к циклу .Б.4.

Основы безопасной жизнидеятельности (школьный курс)

Знания: студент должен знать основные техносферные опасности, их свойства и характеристики, характер воздействия вредных и опасных факторов на чело-века и природную среду, методы защиты от них.

Умения: студент должен уметь идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации, выбирать методы защиты от опасностей и способы обеспечения комфортных условий жизнедеятельности; прогнозировать аварии и катастрофы

Навыки: студент должен владеть способами и технологиями защиты в чрезвычайных ситуациях.

Биология человека (школьный курс)

Знания: строение человека, ССС,ЧСС, мышечная система.

Умения: распределение нагрузки

Навыки: контролировать ЧСС, подсчет дыхания.

2.2. Разделы дисциплины (модуля), компетенции и индикаторы их достижения, формируемые при изучении

№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Темы разделов дисциплины	Код формируемой компетенции	Коды индикаторов достижения компетенций
1	2	3	4	5
2.	Общая физическая подготовка			
		Вводное занятие по легкой атлетике. Техники безопасности на занятиях по легкой атлетике ,знакомство с материальной базой.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Бег на длинные дистанции. Прыжок в длину с места. Старт, особенности техники бега по виражу. Техника прыжка в длину с места.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Бег на короткие дистанции Обучение техники бега на короткие дистанции с низкого, среднего и высокого старта. Обучение техники прыжка в длину с места. Повышение уровня ОФП (специальные беговые упражнения). Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.) Совершенствование техники выполнения специальных упражнений	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Бег на средние дистанции Совершенствование техники бега на средние дистанции. Овладение техникой бега на средние дистанции. Повышение уровня ОФП. Закрепление знаний по правилам судейства в лёгкой атлетике. 1000м(д), 2000м(ю) Бег на результат.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Бег на короткие дистанции. Подготовка к нормативам. Старт, стартовый разгон. Сгибание разгибание рук в упоре лежа, поднимание туловища в упоре лежа, подтягивание на перекладине, поднимание ног в висе.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Эстафетный бег Овладение техникой эстафетного бега: -ознакомление с техникой эстафетного бега; -техника передачи эстафетной палочки. Эстафетный бег 4х100м.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Эстафетный бег 4х400м. Бег по дистанции. Низкий, высокий старт. Финиширование. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Контрольные нормативы. Бег 1000м, 2000м,метание мяча.Метание мяча с разбегом(с крестный шаг на месте, метание с 4 бросковых шагов, метание с укороченным разбегом, метание с полного разбега)	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6

		Совершенствование бега на средние дистанции. Совершенствование техники бега на средние дистанции. Овладение техникой бега на средние дистанции. Повышение уровня ОФП. Закрепление знаний по правилам судейства в лёгкой атлетике	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Техника эстафетного бега Овладение техникой эстафетного бега: -ознакомление с техникой эстафетного бега; -техника передачи эстафетной палочки.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Кроссовая подготовка Бег в равномерном темпе (12мин). Развитие выносливости. Спортивная игра «Лапта»	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Техника метания мяча. Метание мяча на дальность с 5 -6 беговых шагов. Развитие скоростно - силовых качеств	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Метание мяча. Бег 100м. Низкий старт. Развитие скоростных качеств. Финиширование. Метание на дальность с места.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Совершенствование техники бега на средние дистанции. Совершенствование техники бега на средние дистанции. Развитие выносливости. Специальные беговые упражнения.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Техника бега на короткие дистанции Техника бега на короткие дистанции включают в себя следующие части: старт, стартовый разгон, бег по дистанции и финиширование.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
3.	Спортивные игры			
		Техника передачи мяча двумя руками сверху. Передачи мяча в парах сверху двумя руками.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Совершенствование техники прием мяча снизу и сверху. Прием мяча в парах на месте, в движении. Двухсторонняя игра в волейбол.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Техника передачи мяча снизу двумя руками Совершенствование техник стоек, перемещений. Совершенствование техники передачи двумя сверху. Техника передачи мяча снизу двумя.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Совершенствование верхней прямой подачи. Имитация подачи мяча. Подача в стену с расстояния 6 -9 метров. Подачи через сетку с расстояния 6 и 9 метров. Двухсторонняя игра в волейбол.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Верхняя, нижняя передачи Совершенствование техники передач во время перемещений по площадке	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6

		Совершенствование техники прямого нападающего удара. Имитация нападающего удара: в прыжке с места; с разбега (с одного , двух, трех шагов). Прыжок вверх толчком двух ног с места; с разбега. Позиционное нападение. Двухсторонняя игра в волейбол.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Техника нижней прямой подачи. Обучение нижней подачи мяча, приему с подачи – в парах, в игре. Учебная игра	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Техника приема мяча после подачи. Совершенствование техники нижней прямой подачи. Двух сторонняя игра волейбол.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Совершенствование техники передачи мяча. Прием и передача мяча. Учебно – тренировочная игра.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Совершенствование верхней прямой и нижней прямой подачи мяча. Прием мяча двумя руками снизу. Правило игры. Учебная игра.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Техника верхней прямой подачи. Совершенствование техники приема мяча с подачи. Верхняя прямая подача.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Ловля и передача мяча. Передача мяча одной рукой. Ловля мяча двумя руками, одной рукой. Передачи мяча различными способами..Передача мяча в движении различными способами со сменой мест.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Вводное занятие по спортивным играм. Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Техника ведения мяча, передачи мяча.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Прямой нападающий удар Комбинация из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в парах с шагом. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий – обучение. Развитие координационных способностей.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Совершенствование техники приема мяча после подачи. Прием мяча после подачи в парах. прием мяча после подачи через сетку.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Ведение мяча Ведение мяча в высокой, средней, низкой стойках на месте. Ведение мяча с сопротивлением. Развитие координационных способностей. Учебно – тренировочная игра.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Тактика защиты и нападения. Одиночное блокирование Сочетание приемов : прием, передача, нападающий удар. Верхняя прямая подача и нижний прием мяча. Индивидуальное блокирование. Учебная игра. Развитие скоростно – силовых качеств	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Учебная игра с заданием. Прием сильно летящих мячей. Обманные действия у сетки. Учебная игра.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6

		Бросок в кольцо (штрафной). Бросок одной рукой от плеча. Развитие координационных способностей. Учебно – тренировочная игра	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Баскетбол. Передача мяча двумя руками от груди. Совершенствование передачи мяча: двумя руками от груди на месте, в движении, с отскоком от пола, после двух шагов; одной рукой от плеча с высокой и низкой траекторией на месте и в движении	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Бросок в кольцо с разных точек. Бросок одной рукой от плеча, двумя руками от груди с разных точек площадки. Развитие координационных способностей. Учебно – тренировочная игра	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Совершенствование ведение мяча. Ведение мяча с высокого отскока, в движении, бегом. С изменением направления и скорости движения по сигналу Ведение мяча в высокой, средней, низкой стойке на месте. Ведение мяча с сопротивлением	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Учебная игра. Сочетание приемов : прием, передача, нападающий удар. Верхняя прямая подача и нижний прием мяча. Учебная игра. Развитие скоростно – силовых качеств	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Совершенствование техники ведение два шага бросок по кольцу. Бросок мяча по кольцу в движении. Ведение мяча в движении с низкой высотой отскока -2 шага – бросок. Учебно-тренировочная игра	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Техника двухсторонней игры. Перемещения. Приемы мяча сверху снизу. прием мяча с подачи. Верхняя нижняя подачи.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Ведение два шага бросок Ведение мяча в движении с низкой высотой отскока. Учебно – тренировочная игра.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Бросок в кольцо со средних и дальних дистанций Бросок одной рукой от плеча. Развитие координационных способностей. Учебно – тренировочная игра.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Совершенствование броска по кольцу (штрафной). Совершенствование перемещений и остановок игрока. Бросок одной рукой от плеча со штрафного. Учебная игра в баскетбол	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Прием контрольных нормативов Подачи точно в площадку. Передача верхняя нижняя над собой. Учебная игра.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Тактика нападения. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Передачи мяча в тройках со сменой места. Развитие координационных способностей.	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6
		Тактика защиты. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Передачи мяча в тройках со сменой места. Развитие координационных способностей. В защите. Учебно- тренировочная игра	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6

		Прием контрольных нормативов. Ведение мяча бросок в корзину, штрафной бросок, броски с разных точек. Правила игры. Учебная игра	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3, ПК-4	ОК-4, ОК-8, ОК-6, ПК-3.2, ПК-4.6