

**Аннотация**  
рабочей программы учебной дисциплины  
**«Физическая культура»**  
специальности среднего профессионального образования  
**34.02.01 Сестринское дело (очная форма обучения)**

**Место учебной дисциплины в структуре основной образовательной программы**

Учебная дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла основной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена Шенталинского филиала ГБПОУ «Тольяттинский медколледж», разработанной в соответствии с ФГОС СПО по специальности 34.02.01 Сестринское дело.

**Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины**

В результате освоения дисциплины студент должен **уметь**:

- использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;
- владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
- владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
- проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями;
- владеть техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активно применять их в игровой и соревновательной деятельности, быть готовым к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

В результате освоения дисциплины студент должен **знать**:

- основы здорового образа жизни;
- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек, увеличение продолжительности жизни;
- способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности.

В результате освоения дисциплины у будущей медсестры/медицинского брата должны формироваться следующие **общие компетенции**, включающие в себя способность:

ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде

ОК 06 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения

ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

Освоение учебной дисциплины является базой, на которой будут формироваться следующие **профессиональные компетенции**, соответствующие основным видам

профессиональной деятельности:

ПК 3.2. Пропагандировать здоровый образ жизни

ПК 4.6. Участвовать в проведении мероприятий медицинской реабилитации.

В ходе освоения учебной дисциплины обучающиеся должны достигнуть следующих **личностных результатов**:

<b>Коды результатов</b>	<b>Планируемые результаты освоения дисциплины включают:</b>
	<b>Личностные результаты (ЛР)</b>
ЛР 1	– сформированность гражданской позиции обучающегося как активного и ответственного члена российского общества;
ЛР 2	– осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка;
ЛР 3	– принятие традиционных национальных, общечеловеческих гуманистических и демократических ценностей;
ЛР 4	– готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;
ЛР 5	– готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в самоуправлении в общеобразовательной организации и детско-юношеских организациях;
ЛР 8	– сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и настоящее многонационального народа России;
ЛР 9	– ценностное отношение к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России, достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях и труде;
ЛР 10	– идейная убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу
ЛР 11	– осознание духовных ценностей российского народа;

ЛР 20	– сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;
ЛР 21	– потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно- оздоровительной деятельностью;
ЛР 22	– активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;

### **Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

<b>Вид учебной деятельности</b>	<b>Объем часов</b>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	124
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	2
в том числе:	
лабораторные занятия	не предусмотрено
практические занятия	122
контрольные работы	не предусмотрено
курсовая работа (проект)	не предусмотрена
самостоятельная работа студента (всего)	Не предусмотрена
Итоговая аттестация в форме	3-5 семестр - зачеты 6 семестр – дифференцированный зачёта