

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»  
Институт естествознания  
Кафедра биологии и биотехнологии



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор Института естествознания  
Скрипникова Е.В.  
«01» марта 2024 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **ОУД.9 «Физическая культура»**

**подготовки специалистов среднего звена по специальности**

**31.02.03 - Лабораторная диагностика**

### **Квалификация**

**Медицинский лабораторный техник**

**Год набора 2024**

**Тамбов 2024**

Разработчик программы:



Ивинский Д.В., к.п.н, доцент кафедры физического воспитания  
адаптивной физической культуры

Эксперт:



Яковлев В.Н., к.п.н., доцент кафедры физического воспитания и  
адаптивной физической культуры

Рабочая программа разработана на основе ФГОС СПО по специальности 31.02.03  
«Лабораторная диагностика» (от 04.07.2022 г. №525) и утверждены на заседании кафедры  
биологии и биотехнологии (протокол от «27» февраля 2024 г. № 5).

Заведующий кафедрой



Е.В. Малышева

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ...</b>	<b>4</b>
1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы СПО.....	4
1.2. Цели и планируемые результаты освоения дисциплины .....	4
1.2.1. Цель общеобразовательной дисциплины.....	4
1.2.2. Планируемые результаты освоения общеобразовательной дисциплины в соответствии с ФГОС СПО и на основе ФГОС СОО .....	5
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>9</b>
2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы .....	9
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>15</b>
3.1. Оснащение учебного кабинета .....	15
3.2. Информационное обеспечение обучения .....	17
3.2.1. Основная литература .....	17
3.2.2. Дополнительные источники.....	17
3.2.3. Электронные издания (ресурсы).....	17
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>18</b>
<b>5. ЛИСТ ВНЕСЕНИЯ ИЗМЕНЕНИЙ .....</b>	<b>19</b>

# **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы СПО**

Общеобразовательная дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью общеобразовательного цикла образовательной программы СПО в соответствии с ФГОС по специальности **31.02.03 Лабораторная диагностика**.

## **1.2. Цели и планируемые результаты освоения дисциплины**

### **1.2.1. Цель общеобразовательной дисциплины**

Содержание программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» направлено на достижение следующих целей: развитие у обучающихся двигательных навыков, совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности, гармоничное физическое развитие, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни будущего квалифицированного специалиста, на основе национально - культурных ценностей и традиций, формирование мотивации и потребности к занятиям физической культурой у будущего квалифицированного специалиста.

### 1.2.2. Планируемые результаты освоения общеобразовательной дисциплины в соответствии с ФГОС СПО и на основе ФГОС СОО

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК и ПК.

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты освоения дисциплины	
	Общие	Дисциплинарные (предметные) <sup>1</sup>
ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	<p>В части трудового воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие;</li> <li>- готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность;</li> <li>- интерес к различным сферам профессиональной деятельности,</li> </ul> <p>Овладение универсальными учебными познавательными действиями:</p> <p>а) базовые логические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне;</li> <li>- устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения;</li> <li>- определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;</li> <li>- выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях;</li> <li>- вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);</li> <li>- владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</li> <li>- владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;</li> <li>- владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности</li> </ul>

<sup>1</sup>Дисциплинарные (предметные) результаты указываются в соответствии с их полным перечнем во ФГОС СОО от 17.05.2012г. № 413 (в последней редакции от 12.08.2022)

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- развивать креативное мышление при решении жизненных проблем</li> </ul> <p>б) базовые исследовательские действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем;</li> <li>- выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения;</li> <li>- анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях;</li> <li>- уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;</li> <li>- уметь интегрировать знания из разных предметных областей;</li> <li>- выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения;</li> <li>- способность их использования в познавательной и социальной практике</li> </ul>	
ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	<ul style="list-style-type: none"> <li>- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;</li> <li>- овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;</li> </ul> <p>Овладение универсальными коммуникативными действиями:</p> <p>б) совместная деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;</li> <li>- принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);</li> <li>- владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</li> <li>- владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и</li> </ul>

	<p>распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;</li> <li>- осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным</li> </ul> <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>г) принятие себя и других людей:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности;</li> <li>- признавать свое право и право других людей на ошибки;</li> <li>- развивать способность понимать мир с позиции другого человека</li> </ul>	<p>физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.</li> </ul>
<p>ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;</li> <li>- наличие мотивации к обучению и личностному развитию;</li> </ul> <p>В части физического воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;</li> <li>- потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;</li> <li>- активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;</li> </ul> <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>а) самоорганизация:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-- самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);</li> <li>- владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</li> <li>- владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;</li> <li>- владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- давать оценку новым ситуациям;</li> <li>- расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений;</li> <li>- делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение;</li> <li>- оценивать приобретенный опыт;</li> <li>- способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень</li> </ul>	<p>высокой работоспособности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере;</li> <li>- иметь положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).</li> </ul>
--	--	---



## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b><i>Объем в часах</i></b>
<b>Объем образовательной программы дисциплины</b>	<b>80</b>
<b>Лекции, уроки</b>	<b>-</b>
<b>Практические занятия</b>	<b>78</b>
<b>в т.ч.:</b>	
<b>1. Основное содержание</b>	<b>78</b>
<b>в т. ч.:</b>	
теоретическое обучение	-
практические занятия	78
<b>2. Профессионально ориентированное содержание (содержание прикладного модуля)</b>	<b>-</b>
<b>в т. ч.:</b>	
теоретическое обучение	-
практические занятия	-
<b>Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)</b>	<b>2</b>

## 2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (основное и профессионально-ориентированное), лабораторные и практические занятия, прикладной модуль (при наличии)	Объем часов	Формируемые компетенции
1	2	3	4
<b>Основное содержание</b>			
<b>Учебно-тренировочные занятия</b>			
Тема 1. Физические упражнения для оздоровительных форм занятий физической культурой	<b>Основное содержание</b>	<b>2</b>	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	<b>Практические занятия:</b>		
	Освоение упражнений современных оздоровительных систем физического воспитания ориентированных на повышение функциональных возможностей организма, поддержания работоспособности, 5 развитие основных физических качеств		
Тема 2. Основная гимнастика	<b>Основное содержание</b>	<b>6</b>	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	<b>Практические занятия:</b>		
	1. Техника безопасности на занятиях гимнастикой. Выполнение строевых упражнений, строевых приёмов: построений и перестроений, передвижений, размыканий и смыканий, поворотов на месте. 2. Выполнение прикладных упражнений: ходьбы и бега, упражнений в равновесии, лазанье и перелазание, метание и ловля, поднимание и переноска груза, прыжки.		
Тема 3. Спортивная гимнастика	<b>Основное содержание</b>	<b>6</b>	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	<b>Практические занятия:</b>		
	1. Освоение и совершенствования элементов и комбинаций на брусьях разной высоты (девушки); на параллельных брусьях (юноши) 2. Освоение и совершенствование элементов и комбинаций на бревне (девушки); на перекладине (юноши) 3. Освоение и совершенствование опорного прыжка через коня: углом с косого разбега толчком одной ногой (девушки); опорного прыжка через коня: ноги врозь (юноши)		

Тема 4. Акробатика	<b>Основное содержание</b>	<b>6</b>	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	<b>Практические занятия:</b>		
	1. Освоение акробатических элементов: кувырок вперед, кувырок назад, длинный кувырок, кувырок через плечо, стойка на лопатках, мост, стойка на руках, стойка на голове и руках, переворот боком «колесо», равновесие «ласточка». 2. Совершенствование акробатических элементов. 3. Освоение и совершенствование акробатической комбинации (последовательность выполнения элементов в акробатической комбинации может изменяться)		
Тема 5. Аэробика	<b>Основное содержание</b>	<b>6</b>	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	<b>Практические занятия:</b>		
	1. Освоение базовых, основных и модифицированных шагов аэробики, прыжков, передвижений, танцевальных движений в оздоровительной аэробике. 2. Выполнение упражнений аэробного характера для совершенствования функциональных систем организма (дыхательной, сердечно-сосудистой). 3. Комплексы для развития физических способностей средствами аэробики, в т.ч. с использованием новых видов оборудования и направлений аэробики (классическая, степ-аэробика, фитбол-аэробика и т. п.).		
Тема 6. Атлетическая гимнастика	<b>Основное содержание</b>	<b>6</b>	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	<b>Практические занятия:</b>		
	1. Выполнение упражнений и комплексов упражнений атлетической гимнастики для рук и плечевого пояса, мышц спины и живота, мышц ног с использованием собственного веса. Выполнение упражнений со свободными весами 2. хывон меинавозьлопси с йиненжарпу воскелпмок и йиненжарпу еиненлопыВ видов фитнес оборудования. 3. Выполнение упражнений и комплексов упражнений на силовых тренажерах и кардиотренажерах.		
Тема 7. Самбо	<b>Основное содержание</b>	<b>6</b>	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	<b>Практические занятия:</b>		
	Техника безопасности при занятиях самбо. Специально-подготовительные		

	<p>упражнений для техники самозащиты.</p> <p>Освоение/совершенствование навыков самостраховки, безопасного падения, освобождения от захватов, уход с линии атаки.</p> <p>Силовые упражнения и единоборства в парах. Игровые ситуации и подвижные игры.</p>		
Тема 8. Футбол	<b>Основное содержание</b>	<b>6</b>	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	<b>Практические занятия:</b>		
	<p>1. Техника безопасности на занятиях футболом. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры: удар по мячу носком, серединой подъема, внутренней, внешней частью подъема; остановки мяча внутренней стороной стопы; остановки мяча внутренней стороной стопы в прыжке, остановки мяча подошвой.</p> <p>2. Освоение/совершенствование приёмов тактики защиты и нападения</p> <p>3. Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности (учебная игра).</p>		
Тема 9. Баскетбол	<b>Основное содержание</b>	<b>6</b>	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	<b>Практические занятия:</b>		
	<p>1. Техника безопасности на занятиях баскетболом. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры: перемещения, остановки, стойки игрока, повороты; ловля и передача мяча двумя и одной рукой, на месте и в движении, с отскоком от пола; ведение мяча на месте, в движении, по прямой с изменением скорости, высоты отскока и направления, по зрительному и слуховому сигналу; броски одной рукой, на месте, в движении, от груди, от плеча; бросок после ловли и после ведения мяча, бросок мяча.</p> <p>2. Освоение и совершенствование приёмов тактики защиты и нападения.</p> <p>3. Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности.</p>		
Тема 10. Волейбол	<b>Основное содержание</b>	<b>6</b>	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	<b>Практические занятия:</b>		
	<p>1. Техника безопасности на занятиях волейболом. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры: стойки игрока, перемещения, передача мяча, подача, нападающий удар, прием мяча снизу</p>		

	<p>двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении.</p> <p>2. Освоение/совершенствование приёмов тактики защиты и нападения.</p> <p>3.Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности.</p>		
Тема 11. Бадминтон	<b>Основное содержание</b>	<b>6</b>	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	<b>Практические занятия:</b>		
	<p>1.Техника безопасности на занятиях бадминтоном. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры: основные стойки, классическая универсальная хватка ракетки, техника ударов, перемещения игрока, подачи, удары по волану техника передвижения игрока к сетке, в стороны, назад</p> <p>2.Освоение/совершенствование приёмов тактики защиты и нападения.</p> <p>3.Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности.</p> <p>Подвижные игры и эстафеты с элементами бадминтона</p>		
Тема 12. Лёгкая атлетика	<b>Основное содержание</b>	<b>7</b>	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	<b>Практические занятия:</b>		
	<p>1.Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Техника бега высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования;</p> <p>2. Совершенствование техники спринтерского бега</p> <p>3. Совершенствование техники (кроссового бега, средние и длинные дистанции (2 000 м (девушки) и 3 000 м (юноши))</p> <p>4. Совершенствование техники эстафетного бега (4 *100 м, 4*400 м; бега по прямой с различной скоростью)</p> <p>5. Совершенствование техники прыжка в длину с разбега</p> <p>6. Совершенствование техники прыжка в высоту с разбега</p> <p>7. Совершенствование техники метания гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши);</p> <p>8.. Развитие физических способностей средствами лёгкой атлетики</p> <p>Подвижные игры и эстафеты с элементами легкой атлетики.</p>		
Тема 13. Плавание	<b>Основное содержание</b>	<b>7</b>	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	<b>Практические занятия:</b>		
	1.Освоение и совершенствование техники спортивных способов		

	<p>плавания (кроль на груди, на спине; брасс)</p> <p>2. Освоение и совершенствование техники стартов и поворотов</p> <p>3. Освоение прикладных способов плавания, способов транспортировки утопающего</p> <p>4. Развитие физических способностей средствами плавания. Подвижные игры и эстафеты с элементами плавания</p>		
<b>Промежуточная аттестация</b>		<b>2</b>	
<b>Всего:</b>		<b>78</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Оснащение учебного кабинета

Реализация программы учебной дисциплины предполагает наличие: «Антей», Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий.

Оборудование «Антей», Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий:

1. Подвесные кольца – 2 шт.
2. Брусья разновысокие – 1 шт.
3. Брусья параллельные – 2 шт.
4. Конь-махи – 1 шт.
5. Перекладина высокая – 1 шт.
6. Перекладина низкая – 1 шт.
7. Бревно гимнастическое – 1 шт.
8. Снаряды для опорных прыжков – 2 шт.
9. Гимнастические маты – 20 шт.
10. Гимнастические скамейки – 5 шт.
11. Батут спортивный – 1 шт.
12. Подкидные мостики – 1 шт.
13. Гимнастические палки – 66 шт.
14. Магнезница – 1 шт.
15. Пианино – 1 шт.
16. Канат – 1 шт.
17. Музыкальный центр – 1 шт.
18. Щиты для баскетбола - 2 шт.
19. Стойки для волейбола - 2 шт.
20. Сетка для волейбола - 1 шт.
21. Ворота гандбольные (минифутбол) - 2 шт.
22. Мяч баскетбольный - 30 шт.
23. Мяч волейбольный - 30 шт.
24. Мяч футбольный - 20 шт.
25. Насосы для накачивания мячей - 3 шт.
26. Ракетки для бадминтона - 50 шт.
27. Воланы для игры в бадминтон - 100 шт.
28. Скакалки - 30 шт.
29. Обручи - 30 шт.
30. Лыжи – 50 пар.
31. Беговая дорожка – 400 метров
32. Спортивная площадка (футбольное поле) – длинна – 90 метров, ширина 45 метров.
33. 2 стандартные ямы для прыжков в длину (3 м в ширину 7 метров в длину)
34. Спортивный комплекс СПРИНТ – 1 шт. выполнен из следующих элементов:
35. Комбинированная перекладина высотой 2,2; 1,9; 1,6 метров – 1 шт.
36. Брусья высотой 1,45 метра 2 – шт.
37. Шведская стенка высотой 2,2 метра – 2 шт.
38. Наклонная скамья длиной 1,26 метра – 2 шт.

39. Комплект оборудования военно-прикладной полосы препятствий, состоящей из следующих элементов:
40. препятствие «Лабиринт» - сборная металлическая конструкция, (д\*ш\*в\*) 6100\*2000\*1100 мм,
41. препятствие «Забор с наклонной доской» - металлический каркас, 3000\*2870\*2000 мм,
42. препятствие «Разрушенный мост» - три конструкции, 10400\*2000\*1940 мм,
43. препятствие «Разрушенная лестница» - несколько модулей, 5400\*2000\*1740 мм,
44. одиночный «окоп» для стрельбы и метания гранат (с комплектом гранат для метания) – металлический каркас, 2220\*1040\*600 мм.
45. Трибуна

Реализация программы учебной дисциплины предполагает наличие:

Актовый зал.

Перечень основного оборудования:

1. Стулья - 138 шт.
2. Скамья ученическая - 1 шт.
3. Стол для преподавателя - 2 шт.
4. Стул для преподавателя - 1 шт.
5. Проекционный экран - 1 шт.
6. Ноутбук – 1 шт.
7. Колонки – 4 шт.
8. Кафедра – 1 шт.

Библиотека, читальный зал с выходом в сеть Интернет.

Перечень основного оборудования:

1. Стол-104 шт.
2. Стул – 104 шт.
3. Компьютер PentiumDCE5700\DDR2 RWLG с выходом в сеть «Интернет», клавиатура, мышь – 25 шт.
4. Компьютерный стол – 23 шт.
5. Кафедра – 1 шт.
6. Рояль – 1 шт.
7. Шкаф – 1шт.
8. Выставочный стеллаж – 8 шт.
9. Телевизор – 1 шт.

Аудитория № 207 «Помещение для самостоятельной работы обучающихся».

1. Перечень основного оборудования:
2. Кресло – 11 шт.
3. Стол лабораторный – 10 шт.
4. Стул преподавателя – 1 шт.
5. Компьютер с возможность подключения к сети Интернет – 10 шт.
6. Коммутатор – 2 шт.



## **3.2. Информационное обеспечение обучения**

### **3.2.1. Основная литература**

1.Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету «физическая культура» в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для среднего профессионального образования /Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 254 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05755-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453951>

2.Дворкин, Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. С. Дворкин. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 148 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11032-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/474253>

### **3.2.2. Дополнительные источники**

*Дополнительные источники:*

3.Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой : учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 253 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07030-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/471347>

4.Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/472703>

### **3.2.3. Электронные издания (ресурсы)**

Журнал «Теория и практика физической культуры» <http://teoriya.ru/ru>

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**Контроль и оценка** раскрываются через дисциплинарные результаты, усвоенные знания и приобретенные студентами умения, направленные на формирование общих и профессиональных компетенций.

Общая/профессиональная компетенция	Раздел/Тема	Тип оценочных мероприятий
ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	Темы 1-13	– защита презентации/доклада-презентации – выполнение самостоятельной работы
ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	Темы 1-13	– составление комплекса физических упражнений для самостоятельных занятий с учетом индивидуальных особенностей,
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Темы 1-13	– заполнение дневника самоконтроля – защита реферата – составление комплекса упражнений – оценивание практической работы – тестирование – тестирование (контрольная работа по теории) – демонстрация комплекса ОРУ, – сдача контрольных нормативов – сдача контрольных нормативов (контрольное упражнение) – сдача нормативов ГТО – выполнение упражнений на дифференцированном зачете

## 5. ЛИСТ ВНЕСЕНИЯ ИЗМЕНЕНИЙ

В рабочую программу по дисциплине ОУД.09 «Физическая культура» по специальности «31.02.03 – Лабораторная диагностика», утвержденную на заседании кафедры биологии и биотехнологии (протокол от «27» февраля 2024 г. № 5)

Номер изменения	Текст изменения	Протокол заседания кафедры	
		№	дата
1.			
2.			