

Департамент здравоохранения Вологодской области  
Бюджетное профессиональное образовательное учреждение Вологодской области  
«Великоустюгский медицинский колледж имени Н.П.Бычихина»



«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор БПОУ ВО «Великоустюгский  
медицинский колледж имени Н.П.Бычихина»

*Т.И.Шашерина*  
Т.И.Шашерина  
« 1 » декабря 2014 год

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**Физическая культура**

для специальности 31.02.01 лечебное дело

Великий Устюг  
2014

Программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 31.02.01 Лечебное дело.

Организация-разработчик:

БПОУ ВО «Великоустюгский медицинский колледж имени Н.П.Бычихина»

Разработчик:

Вологдин Н.Н., руководитель физического воспитания БПОУ ВО «Великоустюгский медицинский колледж имени Н.П.Бычихина»

Эксперт:

Н.М.Батакова, преподаватель высшей квалификационной категории БПОУ ВО «Великоустюгский медицинский колледж имени Н.П.Бычихина»

---

Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии общеобразовательных, общих гуманитарных, социально-экономических, математических и естественнонаучных дисциплин

« 18 » ноября 20 14 г.

Протокол № 3

Председатель ЦМК  Ю.В.Бушковская

Принято методическим советом

« 30 » XI 20 14 г.

Протокол № 2

Председатель методсовета  З.В.Комиссарова

Рекомендовано к внутреннему использованию.

## **СОДЕРЖАНИЕ:**

- |                                                              |         |
|--------------------------------------------------------------|---------|
| 1. Паспорт программы учебной дисциплины                      | стр. 4  |
| 2. Структура и содержание учебной дисциплины                 | стр. 6  |
| 3. Условия реализации программы учебной дисциплины           | стр. 12 |
| 4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины | стр. 13 |

## **1. Паспорт программы учебной дисциплины**

### *1.1. Область применения программы*

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО 31.02.01 Лечебное дело.

### *1.2 Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.*

Согласно Федеральному государственному образовательному стандарту по специальности 31.02.01 Лечебное дело дисциплина «Физическая культура» относится к дисциплинам общего гуманитарного и социально-экономического цикла (ОГСЭ.04).

Содержание учебной дисциплины направлено на формирование общих компетенций:

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 личностного 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 личностного 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.

### *1.3 Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:*

*В результате освоения учебной дисциплины студент должен уметь:*

–использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

студент должен знать:

- о роли физического воспитания в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни.

*1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:*

максимальной учебной нагрузки обучающегося - 476 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 238 часов;
- самостоятельной работы обучающегося – 238 часов.

## 2. Структура и содержание учебной дисциплины

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<i>Виды учебной работы</i>	<i>Объем часов</i>			
	<i>I к</i>	<i>II к</i>	<i>III к</i>	<i>IV к</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	136	120	132	88
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	68	60	66	44
в том числе:				
- практические занятия	46	44	50	34
- контрольные занятия	20	16	16	10
- теоретические занятия	2	-	-	-
Самостоятельная внеаудиторная работа обучающегося (всего)	68	60	66	44
в том числе:				
- практические занятия	68	60	66	44
Итоговый контроль проводится в форме дифференцированного зачета				

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины «Физическая культура»

Наименование разделов и тем.	Содержание учебного материала	Объем часов				Уровень освоения
1	2	3				4
Раздел 1	Теоретические основы знаний о физической культуре	1 курс	2 курс	3 курс	4 курс	
<b>Тема 1.1.</b> Место физической культуры в общественной и профессиональной деятельности студентов-медиков.	Социальное значение и основные показатели состояния физической культуры в обществе: <ul style="list-style-type: none"> <li>• здоровье, физическое и умственное развитие студентов в условиях информационной и эмоциональной перегрузки;</li> <li>• физическая культура в режиме учебы и отдыха студентов;</li> <li>• цели и задачи предмета «Физическая культура» в техникуме;</li> <li>• требования к оценке по предмету.</li> </ul>	1				2 ОК 1,2,3,5, 13
<b>Тема 1.2.</b> Здоровый режим жизни.	Характеристика составляющих ЗОЖ: двигательный режим как главный компонент ЗОЖ; личная гигиена, закаливание организма; гигиенические правила при занятиях физическими упражнениями; резервы организма, показатели уровня здоровья.	1				2 ОК 4,10,11, 12
<b>Раздел 2</b>	<b>Легкая атлетика</b>					
<b>Тема 2.1.</b> Развитие общей выносливости. Оздоровительное и прикладное значение легкой атлетики. Бег на средние дистанции. Кроссовый бег.	Оздоровительное значение легкой атлетики; личная гигиена легкоатлета; предупреждение травм; техника бега на средние дистанции: специальные и подготовительные упражнения для совершенствования техники бегового шага; старт, стартовое ускорение, бег по дистанции; переменный бег в разных зонах интенсивности; кроссовая подготовка	4	4	4	2	2 ОК 8,12
<b>Тема 2.2.</b> Контроль развития выносливости. Легкоатлетический кросс – входной контроль.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Правила соревнований в беге на средние дистанции.</li> <li>• Подготовка организма к соревнованию.</li> <li>• Проведение общей и специальной разминки.</li> <li>• Первенство группы по кроссу.</li> </ul>	2	2	2	2	3 ОК 7
<b>Тема 2.3.</b> Развитие скоростных и скоростно-силовых качеств. Бег на короткие дистанции, Прыжки в длину с места. Челночный бег.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Техника бегового шага: специальные и подготовительные упражнения;</li> <li>• старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование;</li> <li>• бег с соревновательной скоростью;</li> <li>• техника прыжка в длину с места: стартовое положение, отталкивание, приземление;</li> <li>• прыжки в длину с места;</li> <li>• правила и техника челночного бега;</li> <li>• челночный бег.</li> </ul>	8	6	8	4	2-3 ОК 6
<b>Тема 2.4.</b> Контроль	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Правила соревнований в беге на</li> </ul>	4	4	4	4	3

развития скоростно-силовых и координационных качеств. Контрольные нормативы: - бег 100 м, - прыжок в длину с места, - челночный бег.	короткие дистанции, прыжках в длину с места; • выполнение контрольных нормативов: а). бег 100 м; б). прыжок в длину с места; в). челночный бег 4 x 9м.					ОК 6
<b>Раздел 3</b>	<b>Гимнастика</b>					
<b>Тема 3.1.</b> Контроль умений самостоятельного составления и практического выполнения комплексов утренней гимнастики.	• Индивидуальное выполнение разработанных комплексов утренней гимнастики; • оценка моделирования комплексов.	2	2	2	2	2-3 ОК 12
<b>Тема 3.2.</b> Развитие гибкости, силовых и координационных способностей средствами гимнастики.	• Профилактика травматизма при занятиях гимнастическими упражнениями; • комплексы общеразвивающих упражнений для развития координационных качеств, гибкости, формирования осанки; • комплексы упражнений силовой гимнастики: -упражнения с гантелями, набивными мячами, -подтягивание в висе на перекладине (юноши), -отжимание в упоре лёжа, -поднимание-опускание туловища.	3	2	3	2	2-3 ОК 6
<b>Тема 3.3.</b> Контроль развития силовых качеств.	Оценка силовых качеств – входной, рубежный и итоговый контроль: • подтягивание на перекладине (юноши), • отжимание в упоре лёжа, • поднимание-опускание туловища.	3	2	3	2	3 ОК 7
<b>Раздел 4</b>	<b>Волейбол</b>					
<b>Тема 4.1.</b> Развитие координационных способностей. Волейбол. Индивидуальная техника владения мячом.	Волейбол как средство активного отдыха. Профилактика травматизма. Правила соревнований. Индивидуальная техника: - стойки, перемещения волейболиста, - передачи мяча 2-мя руками сверху и снизу, - подачи.	3	3	3	2	3 ОК 12
<b>Тема 4.2.</b> Развитие ловкости и скоростно-силовых качеств. Волейбол. Техника игры в нападении.	• Стойки, перемещения; • передачи мяча 2-мя руками сверху и снизу индивидуально и в парах; • подачи мяча; • элементы тактики игры в нападении: индивидуальные и командные действия.	3	3	3	2	2-3 ОК 7



	Учебно-тренировочные игры; ● практика судейства.					
<b>Тема 4.3.</b> Развитие координационных способностей. Волейбол. Техника игры в защите.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Стойки, перемещения;</li> <li>● техника приёма и передачи мяча;</li> <li>● техника приёма подачи;</li> <li>● индивидуальные и командные тактические действия. Учебно-тренировочные игры;</li> <li>● практика судейства.</li> </ul>	2	2	2	2	2-3 ОК 6
<b>Тема 4.4.</b> Контроль координационных качеств. Волейбол. Индивидуальная техника владения мячом.	<p>Оценка качества индивидуальных технических действий:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● передачи мяча 2-мя руками сверху и снизу над собой;</li> <li>● передачи мяча в парах;</li> <li>● комбинации передач мяча у стенки;</li> <li>● подачи мяча изученным способом на точность;</li> <li>● техника приёма подач;</li> <li>● практика судейства.</li> </ul>	2	2	2	2	3 ОК 6
<b>Раздел 5</b>	<b>Баскетбол</b>					
<b>Тема 5.1.</b> Развитие координационных способностей. Баскетбол. Индивидуальная техника владения мячом. Техника игры в нападении.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Баскетбол как средство совершенствования физических качеств, активного отдыха;</li> <li>● профилактика травматизма;</li> <li>● правила соревнований;</li> <li>● стойки перемещения, остановки, повороты;</li> <li>● владение мячом: жонглирование, ловля и передачи мяча на месте и в движении; ведение мяча на месте и в движении; броски в кольцо с места и в движении;</li> <li>● индивидуальные, групповые и командные тактические действия;</li> <li>● учебно-тренировочные игры;</li> <li>● практика судейства.</li> </ul>	3	3	3	2	2-3 ОК 12
<b>Тема 5.2.</b> Развитие координационных способностей. Баскетбол. Техника игры в защите.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Стойки, перемещения;</li> <li>● технические действия при игре в защите;</li> <li>● овладение мячом при отскоке от щита; перехваты, вырывание и выбивание мяча;</li> <li>● индивидуальные и групповые тактические действия;</li> <li>● учебно-тренировочные игры;</li> <li>● практика судейства.</li> </ul>	3	3	3	2	2-3 ОК 6
<b>Тема 5.3.</b> Контроль координационных способностей. Баскетбол. Индивидуальные и командные технические действия.	<p>Оценка качества индивидуальных технических действий:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● броски мяча в кольцо с места;</li> <li>● ведение мяча в сочетании с броском в кольцо;</li> <li>● штрафной бросок;</li> <li>● демонстрация индивидуальных действий в 2-х сторонней игре.</li> </ul>	2	2	2	2	3 ОК 6

<b>Раздел 6</b>	<b>Лыжная подготовка</b>					
<b>Тема 6.1.</b> Оздоровительное значение лыжного спорта. Правила эксплуатации лыжного инвентаря. Техника безопасности.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Оздоровительное значение лыжного спорта;</li> <li>• одежда, обувь, инвентарь;</li> <li>• подбор и подготовка лыж;</li> <li>• предупреждение переохлаждений, обморожений, травм, оказание первой помощи;</li> <li>• организация самостоятельных занятий; регулирование нагрузки по ЧСС.</li> </ul>	2	2	2	1	2-3 ОК 12
<b>Тема 6.2.</b> Развитие выносливости. Техника попеременного 2-х шажного хода.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Техника скользящего шага;</li> <li>• освоение попеременного 2-х шажного хода с использованием палок;</li> <li>• совершенствование хода в целом.</li> </ul>	2	2	2	2	2-3 ОК 6
<b>Тема 6.3.</b> Развитие выносливости. Техника одновременных ходов.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Одновременный бесшажный ход: -изучение движений на месте; -изучение хода в целом и его совершенствование;</li> <li>• Одновременный одношажный ход: -овладение согласованием движений ног и рук, -совершенствование хода в целом.</li> </ul>	2	2	2	2	2-3 ОК 6,7
<b>Тема 6.4.</b> Развитие выносливости и координационных качеств. Основы техники конькового хода.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Имитация хода на месте;</li> <li>• освоение равновесия на одной лыже на месте и в движении;</li> <li>• освоение хода без палок с акцентом на сохранение равновесия;</li> <li>• коньковый ход с акцентом на максимальное скольжение на одной лыже;</li> <li>• освоение конькового хода с использованием палок; совершенствование хода в целом.</li> </ul>	3	2	3	1	2-3 ОК 6,7
<b>Тема 6.5.</b> Развитие выносливости. Техника подъёмов, спусков.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изучение и совершенствование способов подъёмов в гору: - скользящим и ступающим шагом, - «ёлочкой», «лесенкой».</li> <li>• Изучение и совершенствование техники спусков: - освоение стойки на месте, - совершенствование техники спуска в высокой, средней, низкой стойке.</li> </ul>	3	3	3	1	2-3 ОК 6
<b>Тема 6.6.</b> Развитие выносливости, координационных качеств. Повороты в движении, торможения.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изучение и совершенствование техники поворотов: - поворот переступанием, - поворот упором.</li> <li>• Изучение и совершенствование техники торможения: - торможение упором, - торможение «плугом».</li> </ul>	3	3	3	1	2-3 ОК 6,7
<b>Тема 6.7.</b> Контроль	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Правила соревнований по лыжным гонкам.</li> </ul>	3	2	3	2	3 ОК 6,7

развития выносливости. Совершенствование техники лыжных ходов в условиях соревнований	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Подготовка лыж к соревнованиям.</li> <li>• Прохождение дистанции с соревновательной скоростью – первенство группы по лыжным гонкам.</li> </ul>					
Контроль развития физических качеств.	<p>Контрольные испытания для развития физических качеств (входной, рубежный, итоговый контроль):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• наклон вперед в и.п.-сидя;</li> <li>• прыжки со скакалкой за 1 мин.;</li> <li>• метание набивного мяча;</li> <li>• отжимание в упоре лежа;</li> <li>• поднимание-опускание туловища.</li> </ul>	4	4	4	2	ОК 8
<b>Самостоятельные внеаудиторные занятия. Формирование умений самостоятельного использования средств физической культуры.</b>						
Развитие гибкости, силовых и скоростно-силовых качеств. Профессионально-прикладная и общепедагогическая подготовка. Подвижные игры.	<p>Комплексы общеразвивающих упражнений:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• упражнения для развития гибкости;</li> <li>• упражнения для развития силовых и скоростно-силовых качеств;</li> <li>• самостоятельное проведение комплексов общеразвивающих упражнений и упражнений для формирования осанки с группой;</li> <li>• эстафеты «Веселые старты»;</li> <li>• подвижные игры.</li> </ul>	38	30	36	24	2-3 ОК 7,12
Самоконтроль при самостоятельных занятиях физической культурой.	<p>Выполнение простейших методик самоконтроля:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• контроль интенсивности нагрузки по данным пульсометрии;</li> <li>• оценка функционального состояния по данным функциональных проб: Штанге, Генчи, Розенталя, Руфье, шестимоментной функциональной пробы.</li> </ul>	4	4	4	4	3 ОК 8
Формирование умений самостоятельного применения средств физической культуры.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Подготовка к участию и участие во внеклассных спортивно-массовых мероприятиях (соревнованиях, конкурсах);</li> <li>• участие в судействе соревнований.</li> </ul>	6	6	6	6	3 ОК 6,7
Повышение спортивного мастерства.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Занятия в спортивных секциях;</li> <li>• участие в соревнованиях.</li> </ul>	20	20	20	10	3 ОК 9
Итого:	Аудиторные занятия	68	60	66	44	
	Самостоятельная работа	68	60	66	44	
<b>Всего:</b>		<b>476</b>				

### **3. Условия реализации учебной дисциплины**

#### *3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению*

Реализация учебной дисциплины требует наличия:

- учебного кабинета физвоспитания;
- учебно-методического обеспечения (рабочая программа, календарно-тематический план, учебно-методические карты занятий, тесты для оценки физической подготовленности);
- спортивного зала;
- стадиона;
- лыжной базы;

Оборудование учебного кабинета:

- спортивный зал 16 x 8 м;
- тренажерный зал;
- лыжная база;
- аренда стадиона;

Оборудование спортивного зала:

- мячи для волейбола, баскетбола, щиты баскетбольные, сетка волейбольная, скакалки, обручи, набивные мячи, гимнастические скамейки, маты, туристические коврики, гантели.

Оборудование тренажерного зала:

- скамья для пресса, теннисный стол, массажный обруч, гантели, гири, штанга.

Студенты, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, занимаются по программе основной группы за исключением выполнения упражнений, которые им противопоказаны.

Студенты, отнесенные к специальной медицинской группе, занимаются по индивидуальной программе (лечебная гимнастика) без соревновательных моментов и без сдачи контрольных нормативов.

Студенты, временно освобожденные от физических нагрузок, посещающие учебные занятия по другим дисциплинам, должны присутствовать на занятиях по физическому воспитанию и участвовать при разборе учебного материала, получать теоретические и методические знания и умения, помогать преподавателю и визуально воспринимать физические упражнения.

#### *3.2. Информационное обеспечение обучения.*

Основные источники:

1. Витун Е.В., Современные системы физических упражнений, рекомендованные для студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие / Витун Е.В. - Оренбург: ОГУ, 2017. - 110 с.

Дополнительные источники:

1. Физическая культура в школе. Научно-методический журнал.
2. Физиология человека. /Под редакцией Н.В. Зимкина/ - М.: «Физкультура и спорт», 1975.
3. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта - М.: «Физкультура и спорт», 1990.
4. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе. – М.: «Физкультура и спорт», 2005.
5. Леонова О.П. Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» для студентов специальной медицинской группы (СМГ) образовательных учреждений среднего профессионального образования. – М.: Издательский отдел ИПР СПО, 2006.

#### 4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.

<i>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</i>	<i>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</i>
<b>Уметь:</b>	
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей:	
- Моделировать и проводить индивидуально и с группой комплексы упражнений утренней гимнастики и для формирования осанки и коррекции телосложения;	Показательный метод. Текущий и рубежный контроль. Оценка умений разработки и проведения комплексов.
- Контролировать и регулировать функциональное состояние организма по данным функциональных проб и пульсометрии;	Демонстрация умений выполнения простейших методик самоконтроля (текущий и рубежный контроль в форме экспресс-тестирования).
- Соблюдать правила техники безопасности и профилактики травматизма, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;	Текущий контроль соблюдения правил техники безопасности на занятиях. Решение ситуационных задач с моделированием комплекса неотложной помощи.
- Технически правильно выполнять действия изучаемого вида физической деятельности, использовать их в организации собственного досуга;	Показательный метод. Входной, текущий, рубежный и итоговый контроль развития физических качеств и двигательных умений.
- Демонстрировать физические качества согласно требованиям контрольных нормативов (приложение № 1.)	Выполнение контрольных нормативов в условиях соревнований. К выполнению контрольных нормативов допускаются студенты, регулярно посещающие учебные занятия и получившие необходимую физическую подготовку.
<b>Знать:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• о роли физического воспитания в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>• основы здорового образа жизни</li> </ul>	
- Основные составляющие здорового образа жизни. Двигательный режим, личную гигиену и их роль в формировании ЗОЖ.	Индивидуальный, углубленный. Репродуктивно-продуктивный, (диалогический).
- Индивидуальные способы контроля развития адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышения физической и умственной работоспособности.	Индивидуальный, углубленный. Репродуктивно-продуктивный (диалогический, показательный).
- Правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказание доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.	Индивидуальный, углубленный, репродуктивно-продуктивный (диалогический, показательный).
	Итоговая оценка успеваемости по данным входного, текущего и рубежного контроля.

## Оценка общих компетенций

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
<b>ОК 1.</b> Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	- демонстрация интереса к будущей профессии	Наблюдение в процессе учебных занятий, участие в спортивных мероприятиях, внеаудиторная самостоятельная работа
<b>ОК 2.</b> Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их выполнение и качество	- обоснование выбора и применения методов и способов решения профессиональных задач; - демонстрация эффективности и качества выполнения профессиональных задач.	Наблюдение за учебной деятельностью студента
<b>ОК 3.</b> Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность	- демонстрация способности принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.	Наблюдение за учебной деятельностью студента Участие в спортивных соревнованиях
<b>ОК 4.</b> Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития	- нахождение и использование информации для эффективного выполнения заданий.	Наблюдение за учебной деятельностью студента; выполнение внеаудиторной самостоятельной работы
<b>ОК 5.</b> Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности	- использование специализированных компьютерных программ; - демонстрация навыков использования информационно-коммуникационные технологии.	Наблюдение за учебной деятельностью студента
<b>ОК 6.</b> Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями	- взаимодействие с обучающимися, преподавателями, в ходе обучения - владение коммуникативными навыками общения	Наблюдение за учебной деятельностью студента Участие в спортивных соревнованиях
<b>ОК 7.</b> Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения задач	- проявление ответственности за работу команды, результат выполнения заданий.	Наблюдение за учебной деятельностью студента Участие в спортивных соревнованиях
<b>ОК 8.</b> Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься	- планирование обучающимся повышения личностного и квалификационного уровня; - организация самостоятельных занятий	Выполнение внеаудиторной самостоятельной работы

самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации		
<b>ОК 9.</b> Ориентироваться в условиях смены технологий в профессиональной деятельности	- проявление интереса к инновациям в области профессиональной деятельности.	Наблюдение за учебной деятельностью студента, выполнение самостоятельной работы
<b>ОК 10.</b> Бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям народа, уважать социальные, культурные и религиозные различия	- демонстрация уважительного и бережного отношения к историческому наследию и культурным традициям; - соблюдение культуры общения при работе с лицами других национальностей и вероисповедания	Наблюдение за учебной деятельностью студента
<b>ОК 11.</b> Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу и человеку	- проведение санитарно-просветительной работы, включающую пропаганду медицинских знаний, гигиеническое воспитание и обучение населения здоровому образу жизни;	Наблюдение за учебной деятельностью студента Оценка умений разработки и проведения комплексов упражнений
<b>ОК 12.</b> Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности	- выполнение требований техники безопасности на занятиях	Наблюдение за учебной деятельностью студента
<b>ОК 13.</b> Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	- ведет здоровый образ жизни	Наблюдение за учебной деятельностью студента Контроль развития физических качеств и двигательных умений