

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение РД
«Кизлярское медицинское училище»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

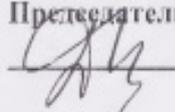
**Физическая культура
ОГСЭ.04**

*Код и наименование специальности 34.02.01 Сестринское дело
Квалификация выпускника: медицинская сестра/медицинский брат*

ОДОБРЕНА

ПЦК «ОГСЭ»

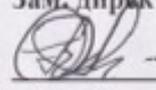
Председатель ПЦК

 Дубинова Н.В.

«30» сентября 2021 г

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по УР

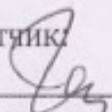
 В.С.Петрова

«30» сентября 2021 г

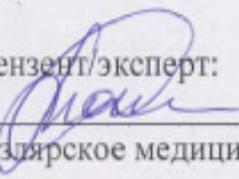
Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности 34.02.01 Сестринское дело среднего профессионального образования (далее СПО), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2014г, №. 502 (Зарегистрировано в Минюсте РФ 18 июня 2014 г. Регистрационный № 32766)

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение РД «Кизлярское медицинское училище».
Разработчики:

Разработчик:

 Галаган М.Н., преподаватель ГБПОУ РД
«Кизлярское медицинское училище»

Рецензент/эксперт:

 Магомаев М.М., преподаватель ГБПОУ РД
«Кизлярское медицинское училище»

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр.
	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	17

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью ППССЗ в соответствии с ФГОС по специальности 34.02.01 Сестринское дело .

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована для специальности 34.02.01 Сестринское дело.

на базе основного полного общего образования.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

дисциплина входит в состав общего гуманитарного и социально-экономического цикла.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

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

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни

Студент должен уметь:

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

В процессе обучения формируются общие компетенциями, включающими в

себя способность:

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. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их выполнение и качество.

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.

Основные задачи физического воспитания обучающихся специальных медицинских групп

1. Укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию и закаливанию организма.
2. Улучшение показателей физического развития.
3. Освоение жизненно важных двигательных умений и навыков.
4. Постепенная адаптация организма к воздействию физических нагрузок.
5. Закаливание и повышение сопротивляемости защитных сил организма.
6. Воспитание волевых качеств, а также воспитание интереса и привычки к самостоятельным занятиям физической культурой
 - обучение способам самоконтроля при выполнении физических нагрузок;
 - овладение комплексами упражнений, благоприятно воздействующими на состояние организма учащегося, с учётом имеющегося у него заболевания.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 348 часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 174 часа;
самостоятельной работы обучающегося 174 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	<i>348</i>
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	<i>174</i>
в том числе:	
практические занятия	<i>174</i>
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	<i>174</i>
в том числе:	
составление комплексов упражнений при различных заболеваниях	<i>87</i>
Реферат Практическая самостоятельная работа с использованием дневника самоконтроля по оценке уровня физического развития	<i>87</i>

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СМГ**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<u>Теоретический раздел</u>		4	
Тема 1.1	Содержание учебного материала 1 Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья. Самостоятельная работа обучающихся	2	2
<u>Раздел 2</u> <u>Спортивные игры</u>	Содержание учебного материала	36	2
<u>Лёгкая атлетика</u> Тема 2.1 Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места.	1 Обучение техники бега на короткие дистанции с низкого, среднего и высокого старта. 2 Обучение техники прыжка в длину с места. 3 Повышение уровня ОФП (специальные беговые упражнения). 4 Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.) Практические занятия	6	
Тема 2.1 Бег на средние дистанции.	1 Овладение и закрепление техники бега на короткие дистанции. 2 Совершенствование техники прыжка в длину с места. 3 Совершенствование техники выполнения специальных упражнений Содержание учебного материала		
Бег на средние дистанции.	1 Овладение техникой бега на средние дистанции. 2 Совершенствовать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». 3 Повышение уровня ОФП. 4 Закрепление знаний по правилам судейства в лёгкой атлетике. Практические занятия	6	
Тема 2.3 Бег на короткие дистанции. Прыжки в длину способом «согнув ноги».	1 Совершенствование техники бега на средние дистанции 2 Совершенствование техники прыжок в длину с разбега. Содержание учебного материала 1 Совершенствование техники бега на короткие дистанции (старт, разбег, финиширование). 2 Овладение техникой прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». 3 Повышение уровня ОФП. 4 Закрепление знаний по правилам судейства в лёгкой атлетике. Практические занятия	6	

	1 Совершенствование техники бега на короткие дистанции и прыжки в длину с разбега. 2 Закрепление техники выполнения общих физических упражнений. 3 Закрепление практики судейства.	18	
	Самостоятельная работа обучающихся Содержание учебного материала		
2 Гимнастика.	Ознакомление с технологией регламентированных занятий по физическому воспитанию с направленностью на коррекцию телосложения студентов. Ознакомление с упражнениями по физическому воспитанию студентов с вариативным компонентом, направленным на коррекцию телосложения. Определение уровней физической подготовленности студентов-тестирование. Элементы акробатики-кувырки, прыжок через козла и т.д. Упр. на гим. скамейке и швед.стенке.	32	
методики оценки и коррекции телосложения.	Практические занятия 1 Обучение основам методики оценки и коррекции телосложения. Лабораторные работы не предусмотрены Контрольные работы не предусмотрены Самостоятельная работа обучающихся Содержание учебного материала	16	
3 футбол Тема 3.1. Техника безопасности при занятиях футболом	1 Техника безопасности при занятиях футболом. 2 футбольный инвентарь. Лабораторные работы не предусмотрены Практические занятия 1. Подбор инвентаря Контрольные работы не предусмотрены Самостоятельная работа обучающихся Содержание учебного материала	16 144	2
Тема 3.2. Скользящий шаг . Строевые упражнения на лыжах.	1 Скользящий шаг 2 Строевые упражнения на лыжах. Лабораторные работы не предусмотрены Практические занятия 1 Обучение технике скользящего шага. 2. Строевые упражнения на лыжах. Контрольные работы не предусмотрены Самостоятельная работа обучающихся Содержание учебного материала	6 6	2
Тема 3.3. Повороты на месте на лыжах.	1 Повороты на месте на лыжах. 2 Скользящий шаг. Лабораторные работы не предусмотрены	6	3

Скользкий шаг.	Практические занятия 1. Обучение поворотам на месте на лыжах. 2. Закрепление техники скользящего шага. Контрольные работы не предусмотрены Самостоятельная работа обучающихся Содержание учебного материала	6	
Тема 3.4 Стойка лыжника. Попеременный – 2-х шажный хо	1 Стойка лыжника. 2 Попеременный – 2-х шажный ход. Лабораторные работы не предусмотрены	6	2
Тема 3.5. Скользкий шаг. Одновременный бесшажный ход.	Практические занятия 1. Обучение стойке лыжника. 2. Обучение технике попеременного – 2-х шажного хода. Контрольные работы не предусмотрены Самостоятельная работа обучающихся Содержание учебного материала 1 Скользящий шаг. 2 Одновременный бесшажный ход. Лабораторные работы не предусмотрены	6	2
Тема 3.6. Спуски и подъем в гору. Попеременный – 2-х шажный ход.	Практические занятия 1. Обучение технике скользящего шага. 2. Обучение технике одновременного бесшажного хода. Контрольные работы не предусмотрены Самостоятельная работа обучающихся Содержание учебного материала 1 Спуски и подъем в гору. 2 Попеременный – 2-х шажный ход. Лабораторные работы не предусмотрены	6	3
Тема 3.7. . Торможение и поворот. Подвижные игры на лыжах.	Практические занятия 1. Обучение технике спусков и подъемов в гору. 2. Обучение технике попеременного – 2-х шажного хода. Контрольные работы не предусмотрены Самостоятельная работа обучающихся Содержание учебного материала 1 Торможение и поворот. 2 Подвижные игры на лыжах. Лабораторные работы не предусмотрены	6	3
	Практические занятия 1. Обучение технике торможения и поворота. 2. Подвижные игры на лыжах Контрольные работы не предусмотрены Самостоятельная работа обучающихся	6	

4 Волейбол Тема 4.1. Правила соревнований. Стойки перемещения.	Содержание учебного материала		
	1	Правила соревнований.	2
2	Стойки перемещения.		
Лабораторные работы не предусмотрены Практические занятия	Лабораторные работы не предусмотрены		
	Практические занятия		6
	1. Изучение правил соревнований.		
	2. Обучение стойкам перемещения.		
	Контрольные работы не предусмотрены		
	Самостоятельная работа обучающихся		6
Тема 4.2. Верхняя передача мяча. Передвижение волейболистов	Содержание учебного материала		2
	1	Верхняя передача мяча.	
	2	Передвижение волейболистов	
	Лабораторные работы не предусмотрены		
	Практические занятия		6
	1. Обучение техники верхней передачи мяча. 2. Обучение технике передвижения волейболистов		
Тема 4.3 Нижняя передача мяча.	Контрольные работы не предусмотрены		
	Самостоятельная работа обучающихся		6
	Содержание учебного материала		
	1	Нижняя передача мяча.	3
	Лабораторные работы не предусмотрены		
	Практические занятия		6
Тема 4.4. Нижняя прямая передача.	1 обучение техник нижней передаче мяча.		
	Контрольные работы не предусмотрены		
	Самостоятельная работа обучающихся		6
	Содержание учебного материала		
	1	Нижняя прямая передача.	2
	Лабораторные работы не предусмотрены		
Тема 4.5 Учебная игра бхб.	Практические занятия		6
	1 Обучение технике нижней прямой передаче мяча.		
	Контрольные работы не предусмотрены		
	Самостоятельная работа обучающихся		6
	Содержание учебного материала		
	1	Учебная игра бхб.	3
	Лабораторные работы не предусмотрены		
	Практические занятия		6
	1 Учебная игра бхб.		
	Контрольные работы не предусмотрены		
	Самостоятельная работа обучающихся		6
	Содержание учебного материала		

5. Баскетбол		60	3
Тема 5.1. Передвижение баскетболистов. Передача мяча стоя на месте.	1	Передвижение баскетболистов.	6
	2	Передача мяча стоя на месте.	
	Лабораторные работы не предусмотрены		
	Практические занятия		
	1 Обучение техники передвижения волейболистов.		
	2 Обучение техники передачи мяча стоя на месте.		
	Контрольные работы не предусмотрены		
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Содержание учебного материала		
	Тема 5.2. Передвижение баскетболистов. Броски с ближней дистанции.	1	
2		Броски с ближней дистанции.	
Лабораторные работы не предусмотрены			
Практические занятия			
1 Закрепление техники передвижения баскетболистов.			
2 Обучение бросков мяча с ближней дистанции.			
Контрольные работы не предусмотрены			
Самостоятельная работа обучающихся			
Содержание учебного материала			
Тема 5.3. Передача мяча в движении. Ведение мяча.		1	Передача мяча в движении.
	2	Ведение мяча.	
	Лабораторные работы не предусмотрены		
	Практические занятия		
	1 Обучение техники передачи мяча в движении.		
	2 Обучение техники ведения мяча.		
	Контрольные работы не предусмотрены		
	Самостоятельная работа обучающихся не предусмотрена		
	Содержание учебного материала		
	Тема 5.4. Броски после ведения мяча. Учебная игра 5х5.	1	Броски после ведения мяча.
2		Учебная игра 5х5.	
Лабораторные работы не предусмотрены			
Практические занятия			
1 Обучение техники бросков мяча после ведения.			
2 Учебная игра 5х5.			
Контрольные работы не предусмотрены			
Самостоятельная работа обучающихся не предусмотрена			
Содержание учебного материала			
Тема 5.5 Техника игры в нападении. Штрафной бросок.		1	Броски после ведения мяча.
	2	Учебная игра 5х5.	
	Лабораторные работы не предусмотрены		
	Практические занятия		
	1 Обучение техники бросков мяча после ведения.		
	2 Учебная игра 5х5.		
	Контрольные работы не предусмотрены		
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Содержание учебного материала		
	Тема 5.5 Техника игры в нападении. Штрафной бросок.	1	Техника игры в нападении.
2		Штрафной бросок.	
Лабораторные работы не предусмотрены			
Практические занятия			
1 Обучение техники игры в нападении.			
2 Изучение штрафного броска.			

	Контрольные работы не предусмотрены Самостоятельная работа обучающихся		6 72	
	Раздел 3. ЛФК			
Тема 3.1. Врачебный контроль. Оценка уровня физической подготовленности студентов	Содержание учебного материала 1 Врачебный контроль. Оценка уровня функционального состояния органов и систем организма. 2 Лабораторные работы не предусмотрены Практические занятия 1 Обучение определения уровня функционального состояния органов и систем организма с помощью врачебного контроля. Контрольные работы не предусмотрены Самостоятельная работа обучающихся 1. Ведение дневника самоконтроля.		4	2
ЛФК при заболевании позвоночника	Содержание учебного материала 1 ЛФК при сколиозе позвоночника Лабораторные работы не предусмотрены Практические занятия 1 Изучение комплексов ЛФК при сколиозе позвоночника Контрольные работы не предусмотрены Самостоятельная работа 1. Составление комплекса ЛФК		4	3
Тема 3.2 ЛФК при сколиозе позвоночника	Содержание учебного материала 1 ЛФК при нарушении осанки Лабораторные работы не предусмотрены Практические занятия 1 Изучение комплексов ЛФК при нарушении осанки Контрольные работы не предусмотрены Самостоятельная работа обучающихся Составление комплекса ЛФК		4	2
Тема 3.3 ЛФК при нарушении осанки	Содержание учебного материала 1 ЛФК при остеохондрозе шейно-грудного отдела позвоночника. 2 ЛФК при остеохондрозе пояснично-крестцового отдела позвоночника. 3 ЛФК при распространённом остеохондрозе позвоночника Лабораторные работы не предусмотрены Практические занятия 1 Изучение комплекса ЛФК при остеохондрозе шейно-грудного отдела позвоночника. 2. Изучение комплекса ЛФК при остеохондрозе пояснично-крестцового отдела позвоночника. 3. Изучение комплекса ЛФК при распространённом остеохондрозе позвоночника Контрольные работы не предусмотрены Самостоятельная работа обучающихся Составление комплекса ЛФК		4	2
Тема 3.4 ЛФК при остеохондрозе позвоночника	Содержание учебного материала 1 ЛФК при остеохондрозе шейно-грудного отдела позвоночника. 2 ЛФК при остеохондрозе пояснично-крестцового отдела позвоночника. 3 ЛФК при распространённом остеохондрозе позвоночника Лабораторные работы не предусмотрены Практические занятия 1 Изучение комплекса ЛФК при остеохондрозе шейно-грудного отдела позвоночника. 2. Изучение комплекса ЛФК при остеохондрозе пояснично-крестцового отдела позвоночника. 3. Изучение комплекса ЛФК при распространённом остеохондрозе позвоночника Контрольные работы не предусмотрены Самостоятельная работа обучающихся Составление комплекса ЛФК		4	2
	Содержание учебного материала		4	

Тема 3.5 ЛФК при заболевании ССС	1	ЛФК при заболевании ССС(гипертоническая болезнь, гипотоническая).		2
	2	ЛФК при ИБС.		
	3	ЛФК при ВСД.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия			
	1	Изучение комплекса ЛФК при заболевании ССС(гипертоническая болезнь, гипотоническая).	4	
	2.	Изучение комплекса ЛФК при ИБС.		
	3.	Изучение комплекса ЛФК при ВСД.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
	Самостоятельная работа обучающихся			
Тема 3.6 ЛФК при заболевании органов дыхания	. Составление комплекса ЛФК			
	Содержание учебного материала			
	1	ЛФК при заболевании органов дыхания - хр. бронхиты,		
	2	ЛФК при Бронхиальной астме.		
	3	Дыхательная гимнастика Стрельниковой		
	4	Дыхательная гимнастика по системе Бутейко		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия			
	1	Изучение комплекса ЛФК при заболевании органов дыхания - хр. бронхиты,	4	
	2.	Изучение комплекса ЛФК при Бронхиальной астме.		
3.	Обучение Дыхательной гимнастики по Стрельниковой			
4.	Обучение дыхательной гимнастики по системе Бутейко.			
Контрольные работы не предусмотрены				
Самостоятельная работа обучающихся				
. Составление комплекса ЛФК				
Тема 3.7 Фитбогимнастика	Содержание учебного материала			
	1	Фитбогимнастика		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия			
	1	Обучение упражнениям на фитболе	4	
	Контрольные работы не предусмотрены			
	Самостоятельная работа обучающихся			
	. Составление комплекса ЛФК			
	Содержание учебного материала			
	1	ЛФК при гастрите.		
2	ЛФК при дискинезии желчевыводящих путей,			
3	ЛФК при язвенной болезни желудка и 12 п. к..			
4	ЛФК при хр. холецистите.			
Лабораторные работы не предусмотрены				
Практические занятия				
1	Изучение комплекса ЛФК при гастрите.	4		
2.	Изучение комплекса ЛФК при дискинезии желчевыводящих путей,			
3.	Изучение комплекса ЛФК при язвенной болезни желудка и 12 п. к..			
4.	Изучение комплекса ЛФК при хр. холецистите.			

	Контрольные работы не предусмотрены		
	Самостоятельная работа обучающихся . Составление комплекса ЛФК		4
	Содержание учебного материала		
Тема 3.9 ЛФК при заболевании почек и мочеполовой системы	1 ЛФК при пиелонефрите. ЛФК при нефроптозе.		2
	2		
	Лабораторные работы не предусмотрены		
	Практические занятия		4
	1 Изучение комплекса ЛФК при пиелонефрите 2. Изучение комплекса ЛФК при нефроптозе.		
	Контрольные работы не предусмотрены		
	Самостоятельная работа обучающихся . Составление комплекса ЛФК		4
	Всего:	348	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия спортивного зала со следующим оборудованием:

- гимнастические маты
- фитбольные мячи
- гимнастические палки
- скакалки
- тренажёры
- аудио и видеоматериал
- учебные элементы,разработанные для различных заболеваниях
- секундомер.
- тренажеры;
- гири;
- лыжный инвентарь;
- баскетбольные, волейбольные, футбольные, теннисные мячи;
- скамейки;
- ракетки для бадминтона и настольного тенниса и т.д.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Ильинич В.И.Физическая культура студента и жизнь/ В.И.Ильинич. – М.: Гардарики, 2013.
2. Ильинич В.И. Физическая культура студента: Учебник для студентов высших учебных заведений / Под общей редакцией В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2013
- 3.Решетников Н.В. Физическая культура. — М., 2013.
4. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л. Физическая культура: учеб. пособия для студентов СПО. — М., 2013.
5. Бурухин А. А. Гистологические изменения межпозвоночного диска.2013.
6. Таламбур Е. А. Силин Л. Л. Сколиоз позвоночника. – М.,2013.
7. Шотемор Ш. Ш. К дифференциальной диагностике сколиоза позвоночника // Вестн. рентгенол. – 2011. - № 6.

Интернет-ресурсы:

1. www.lib.sportedu.ru
2. www.school.edu.ru
3. <http://www.infosport.ru/minsport/>

Дополнительные источники:

1. Волков В.Ю. Физическая культура: Печатная версия электронного учебника/ В.Ю.Волков, Л.М.Волкова: 2-ое изд. испр. и доп. – СПб.: Изд-во Политехн. Ун-та. 2010.
2. Барчуков И.С. Физическая культура. — М., 2010.
3. Вайнер Э.Н. Валеология. — М., 2010.
4. Вайнер Э.Н., Волынская Е.В. Валеология: учебный практикум. — М., 2010.
5. Дмитриев А.А. Физическая культура в специальном образовании. — М., 2010.
6. Методические рекомендации: Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе / под ред. М.М.Безруких, В.Д.Сонькина. — М., 2010.
7. Туревский И.М. Самостоятельная работа студентов факультетов физической культуры. — М., 2011.
8. Хрущев С.В. Физическая культура детей заболеванием органов дыхания: учеб. пособие для вузов. — М., 2012.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<i>1</i>	<i>2</i>
Умения:	
1. Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	Оценка результатов выполнения комплексов упражнений, тестирования физических качеств по дневнику самоконтроля.
Знания:	
1. О роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	Оценка результатов тестирования, физической подготовленности студентов по видам спорта.
2. Основы здорового образа жизни	Оценка выполнения практического задания: комплексы ОРУ, комплексы глазодвигательной, дыхательной, коррекционной гимнастики; ЛФК массаж по заболеваниям.