Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Шуматов Валентин Борисович
Должность: Ректор
Дата подписания: 07.10.2025 12:11:32
Уникальный программный ключ:
1cef78fd73d75dc6ecf72fe1eb94fee387a2985d2657b784eec019bf8a794cd4

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тихоокеанский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

«УТВЕРЖДАЮ»
Первый проректор

_____/Транковская Л.В./
«16» мая 2025г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
СГ. 04 Физическая культура

(наименование дисциплины)

Направление подготовки (специальность)	**31.02.06 Стоматология профилактическая** (код, наименование)
Уровень подготовки	Среднее профессиональное образование (указывается в соответствие с ППССЗ)
Область профессиональной деятельности	02 Здравоохранение
Квалификация выпускника:	Гигиенист стоматологический
Форма обучения	**Очная** (очная, очно-заочная)
Срок освоения ООП	**1 год 10 месяцев** (нормативный срок обучения)
Институт/кафедра	Отделение СПО

Владивосток, 2025

При разработке рабочей программы дисциплины СГ.04 Физическая культура в основу положены:
1) ФГОС СПО по специальности 31.02.06 Стоматология профилактическая № 530 утвержденный Министерством просвещения Российской Федерации «06» июля 2022г.

2) Учебный план основной образовательной программы (программы подготовки специалистов среднего звена) по специальности среднего профессионального образования 31.02.06 Стоматология профилактическая, область профессиональной деятельности: 02 Здравоохранение утвержденный ученым советом ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России Протокол № 8/24-25 от 31.03.2025.

Рабочая программа дисциплины разработана авторским коллективом отделение среднего профессионального образования ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России, под руководством директора отделения среднего профессионального образования канд. мед. наук Заяц Ю.В.

Разработчики:

Заведующий кафедрой	канд. пед. наук, доцент	Каерова Е.В.
(занимаемая должность)	(ученая степень, ученое звание)	(Ф.И.О.)
Доцент	_____	Шестёра А.А.
(занимаемая должность)	(ученая степень, ученое звание)	(Ф.И.О.)
Преподаватель	_____	Грибов К.А.
(занимаемая должность)	(ученая степень, ученое звание)	(Ф.И.О.)

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Цель и задачи освоения дисциплины СГ.04 Физическая культура

Цель освоения дисциплины СГ.04 Физическая культура состоит в формировании у обучающегося мировоззрения и культуры личности, обладающей гражданской позицией, нравственными качествами, чувством ответственности, самостоятельностью в принятии решений, инициативой толерантности, способности успешной социализации в обществе, способности использовать разнообразные средства и методы физической культуры и спорта, в том числе с применением IT- технологий для сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья своих близких. Так же для поддержания должного уровня физической подготовленности, способствующей дальнейшей эффективной профессиональной деятельности.

Задачи освоения дисциплины СГ.04 Физическая культура:

1. Обеспечение понимания роли физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности.
2. Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями, в том числе с использованием IT- технологий: цифровых онлайн-сервисов, мобильных приложений, социальных сетей.
3. Овладение системой специальных знаний, практических умений и навыков, в том числе с использованием IT- технологий цифровых онлайнсервисов, мобильных приложений, социальных сетей, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, формирование компенсаторных процессов, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, формирование профессионально значимых качеств и свойств личности.
4. Овладение методикой формирования и выполнения комплекса упражнений оздоровительной направленности для самостоятельных занятий, способами самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера, правилами личной гигиены, рационального режима труда и отдыха, в том числе с использованием IT- технологий цифровых онлайн-сервисов, мобильных приложений, социальных сетей.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина СГ.04 Физическая культура относится к обязательной части общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла основной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 33.02.01 Фармация, в области профессиональной деятельности

02 Здравоохранение и изучается в 1-4семестрах

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

3.1. Освоение дисциплины СГ.04 Физическая культура направлено на формирование у обучающихся компетенций ОК8

В результате изучения дисциплины обучающиеся сможет использовать умения и знания уметь: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; знать:

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

Дисциплина СГ.04 Физическая культура обеспечивает формирование у обучающихся компетенций, в зависимости от типов задач профессиональной деятельности.

Общие компетенции выпускников

Код компетенции	Формулировка компетенции	Знания, умения
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	**Умения:** использовать физкультурнооздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности **Знания:** роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения

3.2. Основные виды профессиональной деятельности выпускника

В рамках освоения дисциплины выпускники готовятся к профессиональной деятельности следующих видов:

В рамках освоения дисциплины выпускники готовятся к профессиональной деятельности следующих видов:

- проведение диагностика и профилактика стоматологических заболеваний при оказании первичной доврачебной медико-санитарной помощи по профилактике стоматологических заболеваний;
- проведение индивидуальной и профессиональной гигиены полости рта при оказании первичной доврачебной медико-санитарной помощи по профилактике стоматологических заболеваний;
- проведение санитарно-гигиенического просвещения в области профилактики стоматологических заболеваний;
- выполнение организационно-технологических процедур при оказании первичной доврачебной медико-санитарной помощи по профилактике стоматологических заболеваний.

4. ОБЪЕМ И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		**Всего часов**	**Семестр**			
			№ 1	**№2**	**№3**	**№4**
			часов	**часов**	**часов**	**часов**
1		2	3	4	5	6
Аудиторные занятия (всего), в том числе:		122	34	38	30	20
Лекции (Л)		2	2			
Практические занятия (ПЗ),		120	32	38	30	20
Вид промежуточной аттестации	экзамен (Э/З)	3				3
ИТОГО: Общая трудоемкость	час.	122	34	38	30	20

4.2. Содержание дисциплины

4.2.1. Темы лекционных занятий и количество часов по семестрам изучения дисциплины

№	**Темы лекционных занятий**	Часы
	№ семестра 1	
1	Оздоровительные технологии	2
	Итого	2

4.2.2. Темы практических занятий и количество часов по семестрам изучения дисциплины

№	**Название тем практических занятий дисциплины**	**Часы**
1	2	3

1 семестр		
1.	*Оздоровительные технологии, базирующиеся на средствах и методах физической культуры*. Оздоровительные технологии с использованием дозированной оздоровительной ходьбы и бега	6
2.	*Основные физические качества*. Выносливость. Методы развития и контроля, использование мобильных приложений	6
3.	*Оздоровительные технологии, базирующиеся на средствах и методах физической культуры.* Оздоровительные технологии с использованием подвижных и спортивных игр	6
4.	***Учебно-контрольные нормативы по ОФП***: сгибание, разгибание рук, из упора лёжа (кол-во раз); подъем туловища из положения, лежа на спине (кол-во раз); наклон туловища, стоя на гимнастической скамейке (см).	6
5.	Баскетбол. История игры в баскетбол. Остановка прыжком и остановка двумя шагами. Повороты вперёд, назад после остановки прыжком. Повороты вперёд, назад после остановки двумя ногами. Техника передвижений в защитной стойке.	6
6.	Баскетбол. Прыжок толчком одной ногой и двумя ногами. Передача мяча двумя руками на месте и в движении различными способами: сверху, от плеча (и с отскоком), от груди (и с отскоком), снизу (и с отскоком), в прыжке, на одном уровне. Ловля мяча двумя руками на месте и в движении различными способами: в прыжке, при встречном движении, при поступательном движении, при движении сбоку. Развитие прыгучести.	6
	Итого часов в семестре	**32**
2 семестр		
7.	Баскетбол. Прыжок толчком одной ногой и двумя ногами. Ловля мяча одной рукой на месте и в движении различными способами: в прыжке, при встречном движении, при поступательном движении, при движении сбоку. Передача мяча одной рукой на месте и в движении различными способами: сверху, от головы, от плеча (с отскоком), с боку (с отскоком), снизу (с отскоком), в прыжке, встречная, поступательная, на одном уровне. Развитие силовых способностей.	6
8.	Баскетбол. Учебная игра.	6
9.	Волейбол: Изучение комбинаций из основных элементов техники передвижений.	6
10.	Учебно-контрольный норматив, челночный бег 60 м (сек).	6
11.	Волейбол: Изучение технике верхней и нижней подачи. Прием мяча после подачи.	6
12.	Волейбол: Контроль технике передачи мяча двумя руками сверху и снизу над собой.	4
13.	Волейбол: Изучение технике подач мяча в заданную зону. Прием и передача мяча в зону.	4
	Итого часов в семестре	**38**
3 семестр		
14.	Волейбол: Учебная игра	6
15.	*Основные физические качества*. Быстрота. Методы развития и контроля.	6

16.	***Учебно-контрольные нормативы по ОФП***: сгибание, разгибание рук из упора лёжа (кол-во раз); подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз); наклон туловища, стоя на гимнастической скамейке (см).	6
17.	*Контроль и самоконтроль*. Оценка физического состояния. Цифровые технологии для контроля и самоконтроля физической подготовленности	6
18.	*Основные физические качества*. Ловкость. Методы развития и контроля	6
	Итого часов в семестре	**30**
	4 семестр	
19.	*Основные физические качества*. Гибкость. Методы развития и контроля, использование мобильных приложений	4
20.	Общеразвивающие упражнения на гимнастических матах.	4
21.	*Основные физические качества*. Сила. Методы развития и контроля, использование мобильных приложений	4
22.	Профессионально – прикладная физическая подготовка (ППФК), развитие гибкости	4
23.	*Контроль и самоконтроль*. Оценка функционального состояния. Цифровые технологии для контроля и самоконтроля физической подготовленности	4
	Итого часов в семестре	**20**
	Итого часов	**120**

4.2.3. Виды СР

Не предусмотрены учебным планом

5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины

Основная литература

п/№	**Наименование, тип ресурса**	**Автор(ы) /редактор**	**Выходные данные, электронный адрес**	**Кол-во экз. (доступов)**
				В БИЦ
1	2	3	4	5
1.	Теория и история физической культуры и спорта : учебник и практикум для среднего профессионального образования (электронный ресурс)	Алхасов Д. С. Алхасов Д. С.	Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 216 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5534-15307-1. – Текст : электронный	Неограниченно

2	Физическая культура: учебник для вузов (электронный ресурс)	И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов.	Москва: Издательство Юрайт, 2022. – 450 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5534-14056-9. – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/469114	Неограни ченно

Дополнительная литература

п/№	Наименование, тип ресурса	Автор (ы) /редактор	Выходные данные, электронный адрес	Кол-во экз. (доступов)
				В БИЦ
1	2	3	4	5
1	Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО: учебное пособие для вузов (электронный ресурс)	И. М. Туревский, В. Н. Бородаенко, Л. В. Тарасенко	2-е изд. – Москва: Издательство Юрайт, 2021. – 146 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-53411118-7. – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/475804	Неограни ченно
2	Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов: учебное пособие для вузов (электронный ресурс)	М. С. Эммерт, О. О. Фадина, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова.	2-е изд. – Москва: Издательство Юрайт, 2021. – 110 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-53411767-7. – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/476188	Неограни ченно
3	Физическая культура и спорт в вузах: учебное пособие (электронный ресурс)	М. Н. Стриханов, В. И. Савинков.	2-е изд. – Москва: Издательство Юрайт, 2021. – 160 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-53410524-7. – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/473770	Неограни ченно

Интернет-ресурсы

1. ЭБС «Консультант студента» http://studmedlib.ru/
2. ЭБС «Университетская библиотека online» http://www.biblioclub.ru/
3. ЭБС «Юрайт» https://urait.ru/
4. ЭБС «BookUp» https://www.books-up.ru/
5. Собственные ресурсы БИЦ ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России ТГМУ https://tgmu.ru/university/bibliotechno-informacionnyj-centr/resursybic/sobstvennye/

Интернет-ресурсы и инструкции по их использованию размещены на странице Библиотечно-информационного центра Библиотечноинформационный центр — ТГМУ (tgmu.ru)



5.2. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины (модуля)

Информация о материально-техническом обеспечении дисциплины размещена на странице официального сайта университета Материальнотехническое обеспечение и оснащённость образовательного процесса. Тихоокеанский государственный медицинский университет Министерства здравоохранения Российской Федерации (tgmu.ru)



5.3. Перечень информационных технологий, используемых для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю), информационно-справочных систем, лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

1. PolycomTelepresence M100 Desktop Conferencing Application (ВКС)
2. SunRav Software tTester
3. 7-PDF Split & Merge
4. ABBYYFineReader
5. Kaspersky Endpoint Security
6. Система онлайн-тестирования INDIGO
7. Microsoft Windows 7
8. Microsoft Office Pro Plus 2013
9. 1С: Университет
10. Гарант
11. MOODLE (модульная объектно-ориентированная динамическая учебная среда)

6. ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ИНВАЛИДОВ

6.1. Наличие соответствующих условий реализации дисциплины

Для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на основании письменного заявления дисциплина реализуется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья (далее - индивидуальных особенностей). Обеспечивается соблюдение следующих общих требований: использование специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего такому обучающемуся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания и помещения, где проходят занятия, другие условия, без которых невозможно или затруднено изучение дисциплины.

6.2. Обеспечение соблюдения общих требований

При реализации дисциплины на основании письменного заявления обучающегося обеспечивается соблюдение следующих общих требований: проведение занятий для обучающихся-инвалидов и лиц с ОВЗ в одной аудитории совместно с обучающимися, не имеющими ограниченных возможностей здоровья, если это не создает трудностей обучающимся; присутствие в аудитории ассистента (ассистентов), оказывающего(их) обучающимся необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей; пользование необходимыми обучающимся техническими средствами с учетом их индивидуальных особенностей.

6.3. Доведение до сведения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в доступной для них форме всех локальных нормативных актов ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России.

Все локальные нормативные акты ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России по вопросам реализации дисциплины (модуля) доводятся до сведения обучающихся с ОВЗ в доступной для них форме.

6.4. Реализация увеличения продолжительности прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности для обучающегося с ограниченными возможностями здоровья

Форма проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). Продолжительность прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности увеличивается по письменному заявлению обучающегося с ограниченными возможностями

здоровья. Продолжительность подготовки обучающегося к ответу на зачете увеличивается не менее чем на 0,5 часа.

7. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Состав научно-педагогических работников, обеспечивающих осуществление образовательного процесса по дисциплине, соответствует требованиям ФГОС СПО по специальности и размещен на сайте образовательной организации.



8. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид воспитательной работы	Формы и направления воспитательной работы	Критерии оценки
Помощь в развитии личности	Открытые Дисциплина **СГ.04 Физическая культура** Беседы и проблемные диспуты по пропаганде здорового образа жизни Участие в межкафедральных конференциях по формированию культуры ведения здорового образа жизни, развитие способности к сохранению и укреплению здоровья	Портфолио
	Скрытые – создание атмосферы, инфрастуктуры Дисциплина **СГ.04 Физическая культура** Формирование культуры ведения здорового образа жизни, развитие способности к сохранению и укреплению здоровья Создание доброжелательной и уважительной атмосферы с высоким уровнем коммуникабельности при реализации дисциплины	
Гражданские ценности	Открытые Дисциплина **СГ.04 Физическая культура** Проведение мероприятий, способствующих воспитанию гражданско-правовой культуры (круглые столы, диспуты, беседы Актуальные короткие диспуты при наличии особенных	Портфолио
	событий	
	Скрытые Дисциплина **СГ.04 Физическая культура** Акцентирование внимания на общегражданских ценностных ориентациях и правовой культуре Осознанная гражданская позиция при осуществлении профессиональной деятельности	

Социальные ценности	Открытые Дисциплина **СГ.04 Физическая культура** Освещение вопросов, посвященных организации здорового образа жизни на основе здоровьесберегающих технологий Освещение вопросов экологической направленности, экологические проблемы как фактор, влияющий на здоровье населения и отдельные популяционные риски	Портфолио
	Скрытые Дисциплина **СГ.04 Физическая культура** Идентификация в социальной структуре при получении образования и осуществлении профессиональной деятельности	