

**ДЕПАРТАМЕНТ СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ ПО ЗДРАВООХРАНЕНИЮ  
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «СМОЛЕНСКИЙ БАЗОВЫЙ  
МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИМЕНИ К.С.КОНСТАНТИНОВОЙ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРЫ  
ДЛЯ СПЕЦИАЛЬНОСТИ**

**31.02.05 «Стоматология ортопедическая»  
базовый образовательный уровень**

**СМОЛЕНСК  
2015 г.**

РАССМОТРЕНО

Предметной (цикловой) комиссией  
общегуманитарных и естественно-  
научных дисциплин  
Протокол № 1 от 31.08.2015г.  
Председатель ЦМК \_\_\_\_\_ Л.Л.Слепцова

УТВЕРЖДАЮ

Методическим советом  
Протокол №1 от 31.08.2015г.  
Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ А.Л.Буцык

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе:

- Федерального закона “Об образовании в Российской Федерации” от 29.12.2012 N 273-ФЗ (в ред. 2015г.,2016г)
- приказа Минобрнауки № 972 от 11.08.2014 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по направлению подготовки «ЗДРАВООХРАНЕНИЯ И МЕДИЦИНСКИЕ НАУКИ», группы специальностей 31.00.00 «КЛИНИЧЕСКАЯ МЕДИЦИНА» специальности 31.02.05 «Стоматология ортопедическая »,
- приказа Минобрнауки №698 от 16.08.2013 «Об утверждении порядка проведения Итоговой государственной аттестации»,
- письма №12-696 от 20.10.2010г. «О разъяснениях по формированию учебного плана ОПОП НПО и СПО»,
- положения о рабочей программе учебных дисциплин/профессиональных модулей ОГБПОУ «Смоленский базовый медицинский колледж имени К.С.Константиновой».

Организация-разработчик: ОГБПОУ «СМОЛЕНСКИЙ БАЗОВЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИМЕНИ К.С.КОНСТАНТИНОВОЙ».

Разработчик: Слепцова Л.Л.- руководитель физвоспитания высшей квалификационной категории.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	стр. 4
<b>2. СТРУКТУРА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	5
<b>3. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	6-16
<b>4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	17
<b>5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	18

## **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

### **1.1. Область применения программы**

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с Приказом № 972 от 11.08.2014г. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по направлению подготовки «ЗДРАВООХРАНЕНИЯ И МЕДИЦИНСКИЕ НАУКИ» укрупненной группы 31.00.00 «КЛИНИЧЕСКАЯ МЕДИЦИНА» специальности среднего профессионального образования 31.02.05 «Стоматология ортопедическая».

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина ОГСЭ.04 Физическая культура входит в цикл общегуманитарных и естественно-научных дисциплин.

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

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

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

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

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

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

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 392 часа в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 196 часов, в том числе лекция 2 часа;  
самостоятельной работы обучающегося 196 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>392</i>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>196</i>
теория	<i>2</i>
практические занятия	<i>194</i>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<i>196</i>
в том числе:	
участие в соревнованиях	<i>29</i>
составление комплексов упражнений	<i>31</i>
самостоятельная работа над оздоровительной программой (для студентов специальной медицинской группы)	<i>10</i>
Реферат	<i>6</i>
Практическая самостоятельная работа с использованием дневника самоконтроля по оценке уровня физического развития	<i>120</i>
<i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОГСЭ.04 «Физическая культура»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1. Основы физической культуры			12	
ОГСЭ.04	Теория и практика физической культуры			
Тема 1.1. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента.	Содержание		2	1
	1.	Физическая культура и спорт как социальный феномен современного общества.		
	2.	Социальные функции физической культуры.		
	3.	Физическая культура в структуре профессионального образования.		
	Самостоятельная работа		10	
	1.	Тематика рефератов: - Диагноз и краткая характеристика заболевания студента. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие. - Медицинские противопоказания при занятиях физическими упражнениями и применения других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе). - Рекомендуемые средства физической культуры при данном заболевании (диагнозе). - Составление и обоснование индивидуального комплекса физических упражнений и доступных средств физической культуры (с указанием		

		дозировки). - Составление и демонстрация индивидуального комплекса физических упражнений, проведение отдельной части профилированного учебно-тренировочного занятия с группой студентов и т.п.).		
<b>Раздел 2. Легкая атлетика</b>			<b>172</b>	
<b>Тема 2.1. Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места.</b>	<b>Содержание</b>		<b>18</b>	2
	1.	Обучение техники бега на короткие дистанции с низкого, среднего и высокого старта.		
	2.	Обучение техники прыжка в длину с места.	18	
	3.	Повышение уровня ОФП (специальные беговые упражнения).		
	4.	Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.)		
	<b>Практические занятия</b>		6	
	1.	Овладение и закрепление техники бега на короткие дистанции.	6	
	2.	Совершенствование техники прыжка в длину с места.	6	
<b>Тема 2.2. Бег на короткие дистанции. Прыжки в длину способом «согнув ноги».</b>	3.	Совершенствование техники выполнения специальных упражнений.	6	
	<b>Содержание</b>		<b>18</b>	2
	1.	Совершенствование техники бега на короткие дистанции (старт, разбег, финиширование).		
	2.	Овладение техникой прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».	18	
	3.	Повышение уровня ОФП.		
	4.	Закрепление знаний по правилам судейства в лёгкой атлетике.		
	<b>Практические занятия</b>		12	
	1.	Совершенствование техники бега на короткие дистанции и прыжки в длину с разбега.	4	
	2.	Закрепление техники выполнения общих физических упражнений.	2	
	3.	Закрепление практики судейства.		

<b>Тема 2.3. Бег на средние дистанции.</b>	<b>Содержание</b>		<b>16</b>	
	1.	Овладение техникой бега на средние дистанции.		3
	2.	Совершенствовать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».		
	3.	Повышение уровня ОФП.		
	4.	Закрепление знаний по правилам судейства в лёгкой атлетике.		
	<b>Практические занятия</b>		16	
	1.	Совершенствование техники бега на средние дистанции	8	
	2.	Совершенствование техники прыжков в длину с разбега.	8	
<b>Тема 2.4. Бег на длинные дистанции.</b>	<b>Содержание</b>		<b>16</b>	
	1.	Совершенствовать технику бега по дистанции.		3
	2.	Овладение техникой старта, стартового разбега, финиширования.		
	3.	Разучивание комплексов специальных упражнений.		
	<b>Практические занятия</b>		16	
	1.	Воспитание выносливости.		
<b>Тема 2.5. Бег на короткие, средние и длинные дистанции.</b>	<b>Содержание</b>		<b>18</b>	
	1.	Выполнение контрольного норматива: бег 100 метров на время.		3
	2.	Выполнение К.Н.: прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».		
	3.	Выполнение К.Н.: 500 метров – девушки, 1000 метров – юноши.		
	<b>Практические занятия</b>		18	
	1.	Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	6	
	2.	Совершенствование техники бега на средние дистанции.	6	
	3.	Совершенствование техники бега на длинные дистанции.	6	
	<b>Самостоятельная работа</b>		<b>86</b>	
	Вид СР	Содержание самостоятельной работы	Форма отчетности	



	Соревнование	<u>Соревнования:</u> 1. Л/атлетический кросс среди студентов I курса, посвященный освобождению г.Смоленска от немецко-фашистских захватчиков.	Участие	4	2
	Соревнование	2. Кросс Нации – участие в соревнованиях.	Участие	4	3
	Соревнование	3. Участие в осеннем л/атлетическом кроссе среди ССУЗов.	Участие	4	2
	Соревнование	4. Участие в соревнованиях по л/атлетике среди ССУЗов.	Участие	4	2
	Подготовка конспекта	5. Составление комплекса упражнений для развития силы мышц плечевого пояса и туловища (с отягощением и без отягощения)	Опрос	4	3
	Подготовка конспекта	6. Составление комплекса упражнений для развития гибкости, быстроты.	Опрос	4	3
	Подготовка конспекта	7. Составление комплекса упражнений для развития силы, а также общеразвивающих упражнений для развития двигательных качеств.	Опрос	4	3
	Подготовка конспекта	8. Составление комплекса упражнений для развития функциональной подготовки и повышения уровня общей выносливости.	Опрос	4	3
	Подготовка к практическому занятию	9. Подготовка к практическому занятию, проработка специальной методической литературы. Тема: «Совершенствование техники бега на короткие дистанции (старт, финиш)». Использование дневника самоконтроля.	Проверка дневника самоконтроля	16	3
	Подготовка к практическому занятию	10. Подготовка к практическому занятию, проработка специальной методической литературы. Тема: «Совершенствование техники бега на средние дистанции». Использование дневника самоконтроля.	Проверка дневника самоконтроля	16	3
	Подготовка к практическому занятию	11. Подготовка к практическому занятию, проработка специальной методической литературы.	Проверка дневника самоконтроля	16	3

		Тема: «Совершенствование техники бега на длинные дистанции». Использование дневника самоконтроля.			
	Подготовка конспекта	12. Составление комплекса упражнений для утренней гимнастики, дыхательные упражнения.	Опрос	6	3
<b>Раздел 3. Баскетбол</b>				<b>80</b>	
<b>Тема 3.1. Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места.</b>	<b>Содержание</b>			<b>10</b>	
	1.	Овладение техникой выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча с места.			2
	2.	Основные направления развития физических качеств.			
	3.	Формирование ценностной ориентации и мотивации здорового образа жизни.			
	<b>Практические занятия</b>			10	
	1.	Овладение и закрепление техникой ведения и передачи мяча в баскетболе.			
<b>Тема 3.2. Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, ведение – 2 шага – бросок.</b>	<b>Содержание</b>			<b>10</b>	
	1.	Закрепление техники ведения и передачи мяча в движении и броска мяча в кольцо - «ведение – 2 шага – бросок».			2
	2.	Совершенствование техники выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места.			
	3.	Развитие логического мышления в баскетболе.			
	<b>Практические занятия</b>			10	
	1.	Совершенствование техники ведения и передачи мяча в движении, выполнения упражнения «ведения-2 шага-бросок».			
<b>Тема 3.3. Техника выполнения</b>	<b>Содержание</b>			<b>10</b>	

штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу, правила баскетбола.	1.	Совершенствование техники выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу.			3	
	2.	Совершенствование техники выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста.				
	3.	Закрепление техники выполнения среднего броска с места.				
	4.	Применение правил игры в баскетбол в учебной игре.				
	Практические занятия				10	
	1.	Совершенствование техники выполнения штрафного броска, перемещение в защитной стойке баскетболиста, правила игры в баскетбол.				
Тема 3.4. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом.	Содержание				10	3
	1.	Совершенствовать технику владения мячом.				
	2.	Выполнение контрольных нормативов: «ведение – 2 шага – бросок».				
	3.	Выполнение контрольных нормативов: бросок мяча с места под кольцом.				
	4.	Совершенствовать технические элементы баскетбола в учебной игре.				
	Практические занятия				10	
	1.	Совершенствование техники владения баскетбольным мячом.				
	Самостоятельная работа				40	
	Вид СР	Содержание самостоятельной работы		Форма отчетности		
	Соревнование	1. Участие в соревнованиях по баскетболу среди студентов колледжа с 1 по 4 курс.		Участие	12	
	Подготовка конспекта	2. Составление комплекса специальных упражнений на развитие быстроты и координации.		Опрос	14	3
	Подготовка к практическому занятию	3. Подготовка к практическому занятию, проработка специальной методической литературы. Тема: «Совершенствование техники владения		Опрос	14	3

		баскетбольным мячом».			
		Использование дневника самоконтроля.			
Раздел 4. Волейбол				116	
Тема 4.1. Техника перемещений, стоек, технике верхней и нижней передач двумя руками.	Содержание			18	2
	1.	Овладение техникой перемещения, стоек, верхней и нижней передачи мяча двумя руками.			
	2.	Закрепление техники выполнения специальных подводящих упражнений верхней и нижней передач.			
	3.	Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху и снизу на месте и после перемещения.			
	Практическое занятие			18	
	1.	Владение техникой верхней и нижней передачи мяча в волейболе.			
Тема 4.2. Техника нижней подачи и приёма после неё.	Содержание			18	2
	1.	Обучение технике нижней подачи и приёма после неё.			
	2.	Выполнение техники перемещения, стоек, верхней и нижней передач мяча двумя руками.			
	3.	Закрепление техники приёма мяча с подачи двумя руками снизу на месте.			
	4.	Совершенствование техники владения мячом в учебной игре.			
Практическое занятие			18		
	1.	Обучение и закрепление технике нижней прямой подачи, прием с подачи, учебная игра.			
Тема 4.3 .Техника прямого нападающего удара. Техника изученных приёмов.	Содержание			12	2
	1.	Обучение технике прямого нападающего удара.			
	2.	Совершенствование техники изученных приёмов.			
	3.	Применение изученных приемов в учебной игре.			
	Практическое занятие			12	
	1.	Выполнение технических элементов в учебной игре.			
Тема 4.4. Совершенствование	Содержание			10	

техники владения волейбольным мячом.	1.	Приём контрольных нормативов: передача мяча над собой снизу, сверху.			3
	2.	Приём контрольных нормативов: подача мяча на точность по ориентирам на площадке.			
	3.	Учебная игра с применением изученных положений.			
	Практическое занятие			10	
	1.	Совершенствование техники владения техническими элементами в волейболе.			
	Самостоятельная работа			58	
	Вид СР	Содержание самостоятельной работы	Форма отчетности		
	Соревнование	1. Участие в соревнованиях по волейболу среди студентов колледжа с 1 по 4 курс.	Участие	22	2
Подготовка к практическому занятию	2. Подготовка к практическому занятию, проработка специальной методической литературы. Тема: «Совершенствование техники владения мячом в волейболе: подача, прием мяча, нападение, защита, стойки, перемещения». Использование дневника самоконтроля.	Опрос. Проверка дневника смаоконтроля	20	3	
Подготовка к практическому занятию	3. Проработка специальной методической литературы для студентов специальной медицинской группы.	Опрос	16	3	
Раздел 7. Оценка уровня физического развития			12		
Тема 7.1. Основы методики			2		
Содержание					

оценки и коррекции телосложения.	1.	Ознакомление с технологией регламентированных занятий по физическому воспитанию с направленностью на коррекцию телосложения студенток.		2
	2.	Ознакомление с упражнениями по физическому воспитанию студентов с вариативным компонентом, направленным на коррекцию телосложения.		
	3.	Ознакомление с методикой коррекции телосложения студентов.		
	Практическое занятие		2	
	1.	Обучение основам методики оценки и коррекции телосложения.		
Тема 7.2. Методы контроля физического состояния здоровья, самоконтроль.	Содержание		2	2
	1.	Ознакомление с методикой самоконтроля, его основные методы и показатели.		
	2.	Ознакомление с дневником самоконтроля.		
	3.	Применение отдельных методов контроля при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.		
	Практическое занятие		2	
	1.	Методы контроля физического состояния здоровья, самоконтроль.		
Тема 7.3. Организация и	Содержание		2	

методика проведения корректирующей гимнастики при нарушениях осанки.	1.	Ознакомление с методикой проведения корректирующей гимнастики. Обучение корректирующей гимнастики (формирование правильной осанки и исправление дефектов осанки. Общие задачи (подбор специальных и общеразвивающих упражнений, соответствующих возрасту и физической подготовленности детей).		2
	2.			
	3.			
	Практическое занятие		2	
	1.	Организация и методика проведения корректирующей гимнастики при нарушениях осанки.		
Тема 7.4. Организация и методика подготовки к туристическому походу.	Содержание		2	2
	1.	Организация и подготовка туристических походов. Схема последовательности этапов организации и подготовки похода. Последовательность заполнения рюкзака. Укладка палатки. Продукты питания. Режим передвижения по местности. Организационное и материально-техническое обеспечение похода.		
	2.			
	3.			
	4.			
	5.			
	Практическое занятие		2	
	1.	Организация и методика подготовки к туристическому походу.		
Тема 7.5. Организация и методика проведения закаливающих процедур.	Содержание		2	2
	1.	Формирование и совершенствование функциональных систем, направленных на повышение иммунитета организма. Обучение закаливающим мероприятиям. Принципы закаливания. Основные методы закаливания. Гигиенические требования при проведении занятий по закаливанию.		
	2.			
	3.			
4.				
	5.			
	Практическое занятие		2	

	1.	Организация и методика проведения закаливающих процедур.		
<b>Тема 7.6. Основы методики регулирования эмоциональных состояний.</b>	<b>Содержание</b>		2	
	1.	Методика регулирования эмоций.	2	2
	2.	Ознакомление с методикой определения эмоциональных состояний человека.		
	3.	Тестирование эмоциональных состояний.		
	4.	Оценка и рекомендации по коррекции эмоциональных состояний.		
	<b>Практическое занятие</b>		2	
	1.	Методика регулирования эмоциональных состояний.		
		<b>Итого</b>	<b>392</b>	



### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Реализация программы дисциплины требует наличия открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий и спортивного зала.

Оборудование учебного кабинета и спортивного зала:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- спортивный инвентарь.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- многофункциональный принтер;
- музыкальный центр.

Оборудование спортивного зала и спортивной площадки:

- гантели;
- тренажеры;
- гири;
- лыжный инвентарь;
- баскетбольные, волейбольные, гандбольные, футбольные, теннисные мячи;
- скакалки;
- гимнастические коврики;
- скамейки;
- секундомеры;
- 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, 2010г.
2. Ильинич В.И. Физическая культура студента: Учебник для студентов высших учебных заведений / Под общей редакцией В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2012г..
3. Евсеева С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник/ Под ред. проф. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2011г..
4. Никифорова Г.С. Психология здоровья: Учебник для вузов/Под ред. Г.С. Никифорова. – М.; СПб.:«Питер», 2013г.

**Интернет-ресурсы:**

1. [www.lib.sportedu.ru](http://www.lib.sportedu.ru)
2. [www.school.edu.ru](http://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. 2009.

2. Ильинич В.И. Студенческий спорт и жизнь: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / В.И.Ильинич – М.:АО "Аспект Пресс", 2014г.

3. Лутченко Н.Г.Самостоятельные занятия физическими упражнениями: Учебно-методическое пособие / Н.Г.Лутченко, В.А.Щеголев, В.Ю.Волков, и др.: – СПб.: СПбГТУ, 2012г..

4. Родиченко В.С. и др. Олимпийский учебник студента: Пособие для формирования системы олимпийского образования в нефизкультурных высших учебных заведениях / В.С.Родиченко – 5-е изд., перераб. и доп. – М.: Советский спорт, 2012г.

#### 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.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<i>1</i>	<i>2</i>
<b>Умения:</b>	
1. Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	Оценка результатов выполнения комплексов упражнений, тестирования физических качеств по дневнику самоконтроля.
<b>Знания:</b>	
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 глазодвигательной, дыхательной, коррекционной гимнастики; ЛФК массаж по заболеваниям.