**Министерство общего и профессионального образования**

**Ростовской области**

**Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение**

**Ростовской области** **«Октябрьский аграрно-технологический техникум»**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

адаптационного цикла

**АОГСЭ.01 Физическая культура**

для специальности СПО естественнонаучного профиля

36.02.01 Ветеринария

Октябрьский район

2020 год

Рассмотрена и рекомендована Утверждаю

к практическому применению зам. директора по УР

МК дисциплин ОГСЭ и ЕН Степаненко О.Г.\_\_\_\_\_\_\_\_\_

протокол №\_\_\_ «\_\_\_» августа 2020 г.

от «\_\_\_\_» августа 2020 г.

председатель МК\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Рожина В.С.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее – СПО), 36.02.01 Ветеринария, на основе требований к организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональных образовательных организациях, п. 28 ст.2, п.6 ст.28, п.1, п.2, п.3, п. 4 ст.79 Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273; в том числе оснащенности образовательного процесса, утвержденные Директором Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России Н.М.Золоторевым 26 декабря 2013 г. N 06-2412вн.

Методических рекомендаций по разработке и реализации адаптированных образовательных программ СПО, утв. Минобрнауки России 20.04.2015 г. № 06-830вн.

Организация – разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Ростовской области «Октябрьский аграрно-технологический техникум»

Разработчик: Задёра Марина Ивановна, старший методист ГБПОУ РО «ОАТТ»

# СОДЕРЖАНИЕ стр.

# ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА 4

# ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ

# ДИСЦИПЛИНЫ 8

# СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ 14

# УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

# УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ 30

# ДИСЦИПЛИНЫ

# КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ 33

**ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

* 1. **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена (далее ППССЗ) в соответствии с ФГОС по специальности СПО 36.02.01 Ветеринария.

Данная программа учитывает возможность реализации учебного материала и создания специальных условий для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья на всех этапах освоения УД.

Обучение студентов с ограниченными возможностями здоровья осуществляется образовательной организацией с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся. В образовательной организации создаются специальные условия для получения среднего профессионального образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья **(Часть 10 статьи 79 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»).**

## 1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

Учебная дисциплина «Физическая культура» изучается в общем гуманитарном и социально-экономическом цикле учебного плана ППССЗ на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

В учебных планах ППССЗ место учебной дисциплины «Физическая культура » — в составе общего гуманитарного и социально-экономического цикла, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для специальностей СПО соответствующего профиля профессионального образования.

Адаптированная образовательная программа учебной дисциплины «Физическая культура» предназначена для организации занятий по физической культуре студентов с ограниченными возможностями здоровья в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения образовательной программы СПО. Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины **«Физическая культура» (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).** Она должна обеспечивать достижение обучающимися инвалидами и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья результатов, установленных соответствующими федеральными государственными образовательными стандартами среднего профессионального образования

**Образовательный процесс** студентов с ограниченными возможностям здоровья может осуществляться **в едином потоке со сверстниками, не имеющими таких ограничений.** Интегрированное (инклюзивное) обучение на уроке физкультуры может быть организовано:

* посредством совместного обучения в одном спортивном зале лиц с ограниченными возможностями здоровья и студентов, не имеющих таких ограничений,
* раздельно в тренажерном зале колледжа по индивидуальной образовательной траектории

Адаптированная образовательная программа среднего профессионального образования определяет объем и содержание образования учебной дисциплины «Физическая культура» цели, результаты освоения образовательной программы, специальные условия образовательной деятельности.

Содержание учебной дисциплины «Физическая культура» для студентов с ограниченными возможностями здоровья направлено на укрепление здоровья, повышение физического потенциала, работоспособности обучающихся с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья. Реализация содержания учебной дисциплины «Физическая культура» в преемственности с другими дисциплинами способствует воспитанию, социализации и самоидентификации обучающихся посредством личностно и общественно значимой деятельности, становлению целесообразного здорового образа жизни. Методологической основой организации занятий по физической культуре студентов с ограниченными возможностями здоровья является системно - деятельностный подход, который обеспечивает построение образовательного процесса с учетом индивидуальных, возрастных, психологических, физиологических особенностей и качества здоровья обучающихся.

Создание безбарьерной среды в образовательной организации учитывает потребности следующих категорий инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья: **с нарушениями зрения, с нарушениями слуха, с нарушениями опорно-двигательного аппарата и др.**

Учебная дисциплина связана с освоением профессиональных компетенций по всем профессиональным модулям: ОК. 1, ОК. 3, ОК. 4, ОК. 5, ОК. 6, ОК. 8, ОК. 9, ОК. 10 ПК.1.1, ПК.1.3.

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

Содержание адаптированной образовательной программы учебной дисциплины

«Физическая культура» направлено на достижение следующих **целей**:

* + - формирование физической культуры личности с ограниченными возможностями здоровья будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;
    - развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья, укрепление индивидуального здоровья;
    - формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной деятельностью;
    - овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья
    - овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
    - приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной деятельности, овладение навыками сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями

Содержательная линия ориентирует образовательный процесс на укрепление здоровья студентов с ограниченными возможностями здоровья и воспитание бережного к нему отношения. Через свое предметное содержание она нацеливает студентов на формирование интересов и потребностей в регулярных занятиях физической культурой и, творческое использование осваиваемого учебного материала в разнообразных формах активного отдыха и досуга, самостоятельной физической подготовке к предстоящей жизнедеятельности с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья

Содержание образовательного процесса соотносится с интересами студентов с ограниченными возможностями здоровья в занятиях физической культурой и характеризуется направленностью на обеспечение оптимального и достаточного уровня

физической и двигательной подготовленности обучающихся с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

Образовательный процесс ориентирует на развитие интереса студентов с ограниченными возможностями здоровья к будущей профессиональной деятельности и показывает значение физической культуры для их дальнейшего профессионального роста, самосовершенствования на современном рынке труда.

Основное содержание учебной дисциплины «Физическая культура» реализуется в процессе теоретических и практических занятий и представлено двумя разделами: теоретическая часть и практическая часть.

Теоретическая часть направлена на формирование у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья мировоззренческой системы научно-практических основ физической культуры, осознание студентами значения здорового образа жизни, двигательной активности.

Практическая часть предусматривает организацию учебно-методических и учебно- тренировочных занятий. Содержание учебно-методических занятий обеспечивает: формирование у студентов с ограниченными возможностями здоровья установки на психическое и физическое здоровье; освоение методов профилактики профессиональных заболеваний; овладение приемами массажа и самомассажа, психорегулирующими упражнениями; знакомство с тестами, позволяющими самостоятельно анализировать состояние здоровья. На учебно-методических занятиях преподаватель проводит консультации, на которых по результатам тестирования помогает определить оздоровительную и профессиональную направленность индивидуальной двигательной нагрузки с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

Занятия студентов с ограниченными возможностями здоровья нацелены на устранение функциональных отклонений и недостатков в их физическом развитии, формирование правильной осанки, совершенствование физического развития, укрепление здоровья и поддержание работоспособности на протяжении всего периода обучения. Вместе с тем в зависимости от заболеваний двигательная активность обучающихся может снижаться или прекращаться. Студены, временно освобожденные по состоянию здоровья от практических занятий, осваивают теоретический и учебно-методический материал, готовят рефераты, выполняют индивидуальные проекты.

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

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен знать**: о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.

В процессе освоения должны быть сформированы общие и профессиональные компетенции:

|  |  |
| --- | --- |
| **Код** | **Наименование результата обучения** |
| ОК.1. | Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. |
| ОК.3. | Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. |
| ОК.4. | Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. |
| ОК 5. | Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. |
| ОК 6. | Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами. |
| ОК 8. | Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного  развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. |
| ОК.9. | Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. |
| ОК.10. | Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. |
| **ПК 1.1.** | Планировать мероприятия, направленные на укрепление здоровья ребенка и  его физического развития |
| **ПК 1.3.** | Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе  выполнения двигательного режима |

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии компетенций:

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

## 1.5. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 292 часа, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 146 часов; самостоятельной работы обучающегося \_146 часов.

## СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

* + 1. **Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | ***Объем часов*** |
| **Максимальная учебная нагрузка (всего)** | *292* |
| **Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)** | *146* |
| в том числе: |  |
| практические занятия | *146* |
| **Самостоятельная работа обучающегося (всего)** | *146* |
| в том числе: |  |
| *Выполнение индивидуально подобранных комплексов оздоровительных* | *30* |
| *видов физической культуры.* |  |
| *Анализ основ техники изучаемых упражнений* | *15* |
| *Занятия ритмической гимнастикой и аэробикой.* | *30* |
| *Занятия в тренажерных залах.* | *20* |
| *Занятия в спортивных секциях и клубах.* | *11* |
| *Участие в различных спортивных и физкультурно-массовых* | *20* |
| *мероприятиях.* |  |
| *Самостоятельные занятия оздоровительным бегом и лыжной* | *20* |
| *подготовкой.* |  |
|  |  |
| *Промежуточная аттестация проводится в форме зачета- 4,6 семестр, экзамен- 8 семестр* | |

* + 1. **Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины АОГСЭ.02 Физическая культура**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся** | **Объем в часах** | **Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| **Тема 1. Оздоровительная, лечебная и адаптивная физкультура** | **Содержание учебного материала** | **30** | ОК 04, ОК 08 |
|  | Техника безопасности при физкультурно-оздоровительных | 1 |  |
|  | занятиях. |  |
|  | Основы здорового образа жизни студента | 2 |  |
|  | Средства и методы оздоровительной, лечебной и адаптивной | 2 |  |
|  | физической культуры |  |
|  | Современные физкультурно-оздоровительные технологии | 1 |  |
|  | Врачебно-педагогический контроль и самоконтроль при |  |  |
|  | занятиях оздоровительной, лечебной и адаптивной физической | 2 |  |
|  | культурой |  |  |
|  | Организация самостоятельных физкультурно-оздоровительных | 1 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | занятий |  |  |
| Обучение упражнениям на гибкость | 4 |
| Обучение упражнениям на формирование осанки | 4 |
| Обучение упражнениям на развитие мышц спины | 2 |
| Обучение упражнениям на развитие мышц рук | 2 |
| Упражнения для развития мелкой моторики рук | 2 |
| Обучение упражнениям на развитие и укрепление мышц  брюшного пресса | 2 |
| Самостоятельная работа № 1  Подготовка устного (с использованием аудиозаписей) опорного конспекта «Физическая культура - это занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми» | 7 |  |
| Самостоятельная работа № 2  Подготовка устного (с использованием аудиозаписей) опорного конспекта «Различия в основных способах | 8 |  |
| **Тема 2. Оздоровительные системы физических упражнений и адаптивная физическая культура** | **Содержание учебного материала** | **30** | ОК 04, ОК 08 |
| 1. Техника выполнения физических упражнений из  оздоровительных систем и адаптивной физической культуры | 8 |  |
| 2. Улучшение морфофункционального состояния и повышение  уровня подготовленности с использованием средств и методов оздоровительных систем и адаптивной физической культуры | 12 |
| 3. Определение уровня морфофункционального состояния и  физической подготовленности с учетом заболевания | 10 |
|  | Самостоятельная работа № 3  Создание электронной презентации «Состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных | 8 |  |
|  | Самостоятельная работа № 4  Разработка аудиозаписи сценария практического занятия по теме «Возникновение травм во время занятий физическими упражнениями. Профилактика травматизма» | 7 |  |
| **Тема 3. Терренкур и легкоатлетические упражнения в оздоровительной тренировке** | **Содержание учебного материала** | **30** | ОК 04, ОК 08 |
| Техника ходьбы. | 6 |
| Техника легкоатлетических упражнений | 6 |
| Повышение уровня подготовленности и улучшение  морфофункционального состояния с использованием терренкура,  средств и методов легкой атлетики | 10 |
| Выполнение комплекса легкоатлетических упражнений для  оздоровительной тренировки | 8 |
| Самостоятельная работа № 5  Подготовка устного (с использованием аудиозаписей) опорного конспекта по теме «Способы закаливания | 8 |  |
| Самостоятельная работа № 6  Измерение индивидуальных показателей длины и массы тела, сравнение их со стандартными значениями. | 7 |  |
| **Тема 4. Подвижные и спортивные игры в оздоровительной тренировке** | **Содержание учебного материала** | **30** | ОК 04, ОК 08 |
| Правила подвижных и спортивных игр | 10 |
| Техника и тактика игровых действий | 10 |
| Повышение уровня подготовленности и улучшение  морфофункционального состояния с использованием спортивных игр | 10 |
| Самостоятельная работа № 1  Самостоятельно выполнение упражнений в оздоровительных формах занятий. | 7 |  |
| Самостоятельная работа № 2  Создание электронной презентации по теме «Физические нагрузки для развития основных физических качеств» | 8 |  |
| **Тема 5. Спортивная ходьба в оздоровительной тренировке** | **Содержание учебного материала** | **26** | ОК 04, ОК 08 |
|  |
| Основные приемы спортивной ходьбы. | 6 |
| Техника спортивной ходьбы | 10 |
| Повышение уровня подготовленности и улучшение морфофункционального состояния с использованием упражнений  спортивной ходьбы | 10 |
| Самостоятельная работа № 5  Подготовка устного (с использованием аудиозаписей) опорного конспекта по теме: «Техника беговых упражнений» | 4 |  |
| Самостоятельная работа № 6  Создание электронной презентации по теме: «Правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений» | 4 |  |
| Самостоятельная работа № 7  Отработка техники прыжковых упражнений | 5 |  |
| Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет (4,6 семестр) | | 2 |  |
| **Всего:** | | **146** |  |

* 1. **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
     1. **3.1. Материально-техническое обеспечение спортивного зала, тренажерных залов.**

Реализация учебной дисциплины проходит в спортивном зале, тренажерных залах, открытой площадке.

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

* + стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды, тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат, канат для перетягивания, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири 16, 24, 32 кг, секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления и др.;
  + кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита или стойки баскетбольные, защита для баскетбольного щита и стоек, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, , сетка волейбольная, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, мячи для мини-футбола

ракетки для бадминтона, тренажеры и др. Открытый стадион широкого профиля:

* + стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, решетка для места приземления,

указатель расстояний для тройного прыжка, брусок отталкивания для прыжков в длину и тройного прыжка, турник уличный, брусья уличные, рукоход уличный, полоса препятствий, ворота футбольные, сетки для футбольных ворот,

мячи футбольные, сетка для переноса мячей, колодки стартовые, барьеры для бега, стартовые флажки или стартовый пистолет, флажки красные и белые, палочки эстафетные,

гранаты учебные круг для метания ядра, упор для ног, для метания ядра, ядра, указатели дальности метания на 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55 м, нагрудные номера, тумбы

«Старт—Финиш», «Поворот», рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры.

* + - тренажерный зал;

индивидуальные коврики, скакалки, мячи, теннисные ракетки.

* + открытые спортивные площадки для занятий:

баскетболом; бадминтоном, волейболом, теннисом, мини-футболом, хоккеем;

* + футбольное поле с замкнутой беговой дорожкой, секторами для прыжков и метаний. Оборудование и технологическое оснащение спортивного зала: наличие достаточного свободного пространства, спортивное оборудование: гимнастические стенки, скамейки, маты, баскетбольные кольца, волейбольная сетка, лыжи, лыжные ботинки, палки, волейбольные и баскетбольные мячи, маты, индивидуальные коврики, скакалки, мячи ,

теннисные ракетки, ракетки для бадминтона, тренажеры

Открытый стадион широкого профиля. Организация учебного пространства в соответствии с нуждами обучающихся инвалидов и обучающихся с особыми возможностями здоровья: дополнительные места для обучающихся с нарушениями слуха, зрения, опорно- двигательного аппарата.

Место для переодевания в спортивную форму, душ Технические средства обучения:

* компьютер с лицензионным программным обеспечением; выход в интернет.
* аудио, видео, музыкальный центр,
* и программами «Специальные возможности»

Обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья, в отличие от остальных, имеют свои специфические особенности восприятия, переработки материала, выполнения промежуточных и итоговых форм контроля знаний. Они должны быть обеспечены печатными и электронными образовательными ресурсами (учебные пособия, материалы для самостоятельной работы и т.д.) в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации. Создание безбарьерной среды в образовательной организации учитывает потребности следующих категорий инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья: с нарушениями зрения, с нарушениями слуха, с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

* 1. **Кадровое обеспечение**

Реализация адаптационной программы осуществляется педагогами, прошедшими повышение квалификации по вопросам обучения лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья.

## 3.3 Информационное обеспечение обучения

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

**Нормативные акты:**

1. Конституция РФ от 12.12.1993 г. (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 №6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7- ФКЗ).
2. Конвенция о правах инвалидов (принята резолюцией 61/106 Генеральной Ассамблеи ООН от 13.12.2006 г.).
3. «Гражданский кодекс Российской Федерации» (часть первая) от 30.11.1994 г.

№ 51-ФЗ (с изм. и доп.).

1. «Гражданский кодекс Российской Федерации» (часть вторая) от 26.01.1996 г.

№ 14-ФЗ (с изм. и доп.).

1. «Трудовой кодекс Российской Федерации» от 30.12.2001 г. № 197-ФЗ (ред. от 12.11.2012 г.).
2. «Налоговый кодекс Российской Федерации» (часть первая) от 31.07.1998 г.

№146-ФЗ (ред. от 28.07. 2012 г.).

1. «Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях» от 30.12.2001 г. № 195-ФЗ (ред. от 12.11.2012 г.).
2. «Семейный кодекс Российской Федерации» от 29.12.1995 г. № 223-ФЗ (ред. от 20.04.2015 г.).

9. Указ Президента РФ от 02.10.1992 г. №1157 (ред. от 01.07.2014 г.) «О дополнительных мерах государственной поддержки инвалидов».

1. Приказ Минтруда России от 25.12.20012 г. № 627 «Об утверждении методики, позволяющей активизировать и систематизировать доступность объектов и услуг в приоритетных сферах жизнедеятельности для инвалидов и других маломобильных групп населения, с возможностью учета региональной специфики» (вместе с «ГОСТ Р 51079-2006 (ИСО 9999:2002) Группа Р 20. Национальный стандарт Российской Федерации. Технические средства реабилитации людей с ограничениями) Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 18.05.2009 г. № 30 «Об утверждении СП 2.2.9.2510-09» (вместе с «СП 2.2.9.2510-09. Гигиенические требования к условиям труда инвалидов. Санитарные правила») (Зарегистрировано в Минюсте РФ 09.06.2009 г. № 14036).

Рекомендуемая литература для студентов:

* + - 1. Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / под общ. ред. Г. В. Барчуковой. — М., 2017.
      2. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2017.
      3. Гамидова С.К. Содержание и направленность физкультурно-оздоровительных занятий. — Смоленск, 2017.
      4. Каинов А.Н., Курьерова Г.И., «Физическая культура 1-11 классы» Москва, «Учитель», 2016г.
      5. Железняк Ю.Д. «Теория и методика спортивных игр» Москва, «Академия» 2016г.

Рекомендуемая литература для преподавателей:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования».
3. Приказ Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования”».
4. Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259
5. Бишаева А.А. Профессионально-оздоровительная физическая культура студента: учеб. пособие. — М., 2013.
6. А.А., Козлов А.В., Ивченко Е.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание. — М., 2014.
7. Миронова Т.И. Реабилитация социально-психологического здоровья детско-молодежных групп. — Кострома, 2014.
8. Тимонин А.И. Педагогическое обеспечение социальной работы с молодежью: учеб. пособие / под ред. Н. Ф. Басова. — 3-е изд. — М., 2013.

Интернет-ресурсы

* 1. [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) (Федеральный портал «Российское образование»).
  2. [www.olympic.ru](http://www.olympic.ru/) (Официальный сайт Олимпийского комитета России).
  3. [www.minstm.gov.ru](http://www.minstm.gov.ru/) (Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации).
  4. [www.](http://www/) goup32441. narod. ru (сайт: Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации

## Общие требования к организации образовательного процесса

Программа учебной дисциплины обеспечивается учебно-методической документацией по всем темам. Каждый обучающийся имеет доступ к необходимым нормативным и учебно- дидактическим материалам, сопровождающим все виды аудиторной и внеаудиторной работы.

1. **КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** **Контроль и оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результатом освоения учебной дисциплины является овладение студентами общими и профессиональными компетенциями в области физической культуры:

Требования к результатам обучения студентов с ограниченными возможностями здоровья) с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся

* + Уметь определить уровень собственного здоровья по тестам.
  + Уметь составить и провести с группой комплексы упражнений утренней и гимнастики.
  + Овладеть элементами техники движений: релаксационных, беговых, прыжковых, ходьбы на лыжах,
  + Уметь составлять комплексы физических упражнений для восстановления работоспособности после умственного и физического утомления.
  + Уметь применять на практике приемы массажа и самомассажа. • Овладеть техникой спортивных игр по одному из избранных видов.
  + Повышать аэробную выносливость с использованием циклических упражнений
  + Овладеть системой дыхательных упражнений в процессе выполнения движений для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений.
  + Знать состояние своего здоровья, уметь составить и провести индивидуальные занятия двигательной активности.
  + Уметь определять индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями. Знать основные принципы, методы и факторы ее регуляции.
  + Уметь выполнять упражнения: − сгибание и выпрямление рук в упоре лежа (для девушек — руки на опоре высотой до 50 см); − подтягивание на перекладине (юноши); − поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (девушки); − прыжки в длину с места; − бег 100 м; − бег: юноши — 3 км, девушки — 2 км (без учета времени); − тест Купера — 12-минутное передвижение; − − бег на лыжах: юноши

— 3 км, девушки — 2 км (без учета времени) с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся

|  |  |
| --- | --- |
| **Результаты (освоенные профессиональные компетенции)** | **Формы и методы контроля и оценки** |
| **ПК 1.1.** Планировать мероприятия, направленные на укрепление здоровья ребенка и его  физического развития | Текущий контроль в форме:  -выполнения тестовых заданий, контрольных нормативов по видам программы |
| **ПК 1.3.** Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе выполнения  двигательного режима | Самостоятельное проведение разных форм физкультурно-оздоровительной работы с детьми разного возраста на практике |
| **ОК 1.** Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. | Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы  Анализ результатов выполнения практических работ, заданий внеаудиторной самостоятельной работы  Участие в профессиональных конкурсах, научно- практических конференциях, кружках, секциях, мероприятиях, посвященных официальным праздникам, участие в соревнованиях согласно, |
| **ОК 2.** Организовывать собственную  деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. |
| **ОК 3.** Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. |

|  |  |
| --- | --- |
| **ОК 4.** Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач,  профессионального и личностного развития. | календарного плана.  Спортивные и подвижные игры, разбор игровых ситуаций.  Выполнение творческих заданий, подготовка презентаций  Оценка выполнения тестов, контрольных нормативов, предусмотренных учебной программой  Развитие физических качеств и их тестирование согласно нормам РФ. |
| **ОК 7.** Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и  контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса. |
| **ОК 9.** Осуществлять профессиональную  деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. | Умение адаптироваться при сдаче контрольных тестов в разных темах учебного процесса  согласно программы. |
| **ОК 10.** Осуществлять профилактику  травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. | Тестирование на знание техники безопасности. |
| **ОК 11.** Строить профессиональную  деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм. | Рейтинговое оценивание по учебной дисциплине**.** |