

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Атабежан Раиса Левоньевна

Должность: ректор

Дата подписания: 31.05.2023 18:55:03

Уникальный программный ключ:

4237c7ccb9b9e111bbaf1f4fcda9201d015c4dbaa123ff774747307b9b9fbcbe

**Негосударственное аккредитованное некоммерческое частноеобразовательное  
учреждение высшего образования  
«Академия маркетинга и социально-информационных технологий –ИМСИТ»  
(г. Краснодар)**

**Академический колледж**

УТВЕРЖАЮ  
Проректор по учебной работе,  
Доцент Н. И. Севрюгина  
17 апреля 2023г.

**ОП.07 Физическая культура**

**Рабочая программа учебной дисциплины**

Для студентов профессии 54.01.20 Графический дизайнер  
социально-экономический профиль  
квалификация выпускника - Графический дизайнер

**Краснодар, 2023**

Рассмотрено  
на заседании предметно цикловой комиссии  
Протокол № 9 от 08 апреля 2023г.  
Председатель ПЦК Рогозникова О. А.  
Зав. ХТО Академического колледжа  
Дидик С. А.

Принято  
педагогическим советом  
Академического колледжа  
Протокол № 8  
от 08 апреля 2023 г.

Рабочая программа разработана на основе основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования программы подготовки специалистов среднего звена, профессии 54.01.20 Графический дизайнер , Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273- ФЗ Об образовании в Российской Федерации (редакция от 25.12.2018 г.) и требований ФГОС среднего профессионального образования (приказ от 09.12.2016 г. № 1543 Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 54.01.20 Графический дизайнер (Зарегистрировано в Минюсте России 23.12.2016 г. № 44916) социально-экономического профиля профессионального образования.

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами основной профессиональной образовательной программы по специальности 54.01.20 Графический дизайнер социально-экономического профиля (на базе основного общего образования) в соответствии с требованиями ФГОС СПО на 2-3 курсе (ах) в 4,5,6 семестре (ах).

Рецензенты:

Заместитель директора по учебно-методической работе ЧУ ПОО КТУИС г. Краснодар,  
Бондаренко Н. А.

Директор ООО «Галерея поддержки и развития изобразительного искусства АРТ Союз»  
г. Краснодар, Е.В Калашникова.

Генеральный директор ООО «А-Адамс» г. Краснодар, А.М. Кандаев

## СОДЕРЖАНИЕ

1	Паспорт программы учебной дисциплины .....	4
1.2.	Место дисциплины в структуре основной образовательной программы .....	4
1.3	Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:.....	4
1.4	Формирование личностных результатов воспитательной работы обучающихся .....	5
1.5	Количество часов на освоение программы учебной дисциплины ОП.07 Физическая культура: .....	7
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	8
2.1.	Объем учебной дисциплины и виды учебной работы .....	8
2.2.	Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.07 Физическая культура.....	9
2.3	Образовательные технологии при проведении аудиторных занятий.....	15
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.07 Физическая культура.....	18
3.1.	Требования к минимальному материально-техническому обеспечению....	18
3.2.	Информационное обеспечение реализации программы .....	18
3.3	Условия реализации программы для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. ....	19
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.07 Физическая культура.....	22
5.	Оценка освоения достижений личностных результатов воспитательной работы.....	25

## 1 Паспорт программы учебной дисциплины

### 1.1 Область применения рабочей программы учебной дисциплины

Программа общеобразовательной учебной дисциплины ОП.07 Физическая культура является частью ООП ПКРС в соответствии с ФГОС по профессии 54.01.20 Графический дизайнер

### 1.2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина ОП.07 Физическая культура является обязательной частью  
общепрофессионального цикла основной образовательной программы.

### 1.3 Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01 ОК 04 ОК 06 ОК 08	распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составить план действия; определить необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)	актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной

	<p>организовывать работу коллектива и команды;          взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности          описывать значимость своей профессии          использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;          применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;          пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии</p>	<p>деятельности          психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности;          основы проектной деятельности          сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по профессии          роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии; средства профилактики перенапряжения</p>
--	---	--

#### **1.4 Формирование личностных результатов воспитательной работы обучающихся**

**ЛР 1.** Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.

**ЛР2.** Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономической активности и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.

**ЛР3.** Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, права и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.

**ЛР4.** Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионально конструктивного «цифрового следа».

**ЛР5.** Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России.

**ЛР6.** Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.

**ЛР7.** Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.

**ЛР8.** Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастность к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.

**ЛР9.** Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

**ЛР10.** Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.

**ЛР11.** Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры.

**ЛР12.** Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.

**1.5 Количество часов на освоение программы учебной дисциплины ОП.07  
Физическая культура:**

Максимальная учебная нагрузка обучающегося – 52 часа, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка – 52 часа;
- промежуточная аттестация – 0 часов;
- консультации – 0 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной деятельности	Объем часов всего
Объем образовательной программы	52
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	52
Консультации	
В том числе:	
лекции	2
практические занятия лабораторные работы	50
Курсовая работа (если предусмотрена)	
Самостоятельная работа студента (всего)	
В том числе: самостоятельная работа над курсовой работой (если предусмотренная)	
Промежуточная аттестация	
Вид промежуточной аттестации – зачет, дифференцированный зачет	4,5 семестр 6 семестр



## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.07 Физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Осваиваемые элементы компетенций
1	2	3	
Раздел 1. Теоретические основы физической культуры		2	
Тема 1.1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	<i>Содержание учебного материала</i>	1	ОК 01, ОК 04, ОК 06, ОК 08
	1. Физическая культура и личность профессионала. Особенности организации занятий со студентами в процессе освоения содержания учебной дисциплины «Физическая культура»		
	<i>Тематика практических занятий</i>	0	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i> Определяется при формировании рабочей программы	0	
Тема 1.2. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	<i>Содержание учебного материала</i>	1	ОК 01, ОК 04, ОК 06, ОК 08
	1. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий, их формы и содержание		
	<i>Тематика практических занятий</i>	0	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i> Определяется при формировании рабочей программы	0	
Раздел 2. Практические основы формирования физической культуры личности		41	
Тема 2.1. Легкая атлетика. Кроссовая	<i>Содержание учебного материала</i>		ОК 01, ОК 04,
	Не предусмотрено		
	<i>Тематика практических занятий</i>	4	ОК 06,
	1. Практическое занятие «Техника безопасности по лёгкой	1	ОК 08

подготовка	атлетике. Обучение технике низкого, высокого старта. Обучение прыжку в длину с места, с разбега, тройному прыжку»		
	2.Практическое занятие «Обучение технике бега на короткие дистанции. Развитие быстроты. Разучивание специальных упражнений легкоатлетов»	1	
	3.Практическое занятие «Обучение технике стартового разгона и финиширования. Бег 30, 60, 100 метров»	1	
	4.Практическое занятие «Скоростно-силовая подготовка. Длительный бег. Развитие выносливости. Кроссовый бег 1000 метров»	1	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i> Определяется при формировании рабочей программы	*	
Тема 2.2. Лыжная подготовка	<i>Содержание учебного материала</i>		ОК 01, ОК 04, ОК 06, ОК 08
	Не предусмотрено		
	<i>Тематика практических занятий</i>	4	
	1.Практическое занятие «Техника безопасности на уроках по лыжной подготовке»	1	
	2.Практическое занятие «Имитационные упражнения для рук и ног с помощью амортизаторов»	1	
	3.Практическое занятие «Имитационные упражнения для рук и ног с помощью амортизаторов»	1	
	4.Практическое занятие «Первая помощь при травмах и обморожениях»	1	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i> Определяется при формировании рабочей программы	*	
Тема 2.3.	<i>Содержание учебного материала</i>		ОК 01,

Гимнастика	Не предусмотрено		ОК 04, ОК 06, ОК 08
	<i>Тематика практических занятий</i>	8	
	1.Практическое занятие «Техника безопасности на уроке по гимнастике»	1	
	2.Практическое занятие «Общеразвивающие упражнения»	1	
	3.Практическое занятие «Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний»	1	
	4.Практическое занятие «Комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики»	1	
	5.Практическое занятие «Упражнения для коррекции зрения»	1	
	6.Практическое занятие «Упражнения для коррекции нарушений осанки»	1	
	7.Практическое занятие «Выполнение комплекса, состоящего из гимнастических элементов»	1	
	8.Практическое занятие «Упражнения с обручем, мячом и скакалкой»	1	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i> Определяется при формировании рабочей программы	*	
Тема 2.4. Спортивные игры. Волейбол	<i>Содержание учебного материала</i>		ОК 01, ОК 04, ОК 06, ОК 08
	Не предусмотрено		
	<i>Тематика практических занятий</i>	4	
	1.Практическое занятие «Техника безопасности на уроках по волейболу. Обучение верхней, нижней передаче. Обучение техническим и тактическим действиям»	1	
	2.Практическое занятие «Обучение стойке волейболиста, верхней	1	

	подаче. Обучение нападающему удару»		
	3.Практическое занятие «Обучение блокированию. Двусторонняя игра»	1	
	4.Практическое занятие «Скоростно-силовая подготовка. Прыжковые упражнения. Подвижные игры с элементами волейбола»	1	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i> Определяется при формировании рабочей программы	*	
Тема 2.5. Баскетбол	<i>Содержание учебного материала</i>		ОК 01, ОК 04, ОК 06, ОК 08
	Не предусмотрено		
	<i>Тематика практических занятий</i>	12	
	1.Практическое занятие «Техника безопасности на уроке по баскетболу. Правила игры. Обучение передвижениям в нападении и защите, техника ведения мяча»	1	
	2.Практическая работа «Обучение технике броска мяча в корзину (с места, в движении, прыжком)»	1	
	3.Практическое занятие «Прием техники защиты — перехват, приемы, применяемые против броска, накрывание»	1	
	4.Практическое занятие «Совершенствование тактических и технических действий в игре»	1	
	5.Практическое занятие «Обучение тактике нападения, тактике защиты»	2	
	6.Практическое занятие «Игра по правилам»	2	
7.Практическое занятие «Эстафеты с баскетбольными мячами»	2		
8.Практическое занятие «Совершенствование техники ведения, передачи, ловли, броска мяча»	2		

	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i> Определяется при формировании рабочей программы	*	
Тема 2.6. Настольный теннис	<i>Содержание учебного материала</i>		ОК 01, ОК 04, ОК 06, ОК 08
	Не предусмотрено		
	<i>Тематика практических занятий</i>	6	
	1.Практическое занятие «Техника безопасности по настольному теннису. Изучение элементов стола и ракетки»	2	
	2.Практическое занятие «Обучение тактическим и техническим действиям, подаче. Игра»	4	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i> Определяется при формировании рабочей программы	*	
Тема 2.7. Плавание	<i>Содержание учебного материала</i>		ОК 01, ОК 04, ОК 06, ОК 08
	Не предусмотрено		
	<i>Тематика практических занятий</i>	4	
	1.Практическое занятие «Техника безопасности на уроках по плаванию. Оказание первой доврачебной помощи»	2	
	2.Практическое занятие «Ознакомление с техникой плавания основными видами плавания: кроль на груди и спине, брасс, прикладные виды»	2	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i> Определяется при формировании рабочей программы		
Тема 2.8. Атлетическая гимнастика	<i>Содержание учебного материала</i>		ОК 01, ОК 04, ОК 06, ОК 08
	Не предусмотрено		
	<i>Тематика практических занятий</i>	8	

	1.Практическое занятие «Техника безопасности в тренажерном зале. Ознакомление с тренажерами»	2	
	2.Практическое занятие «Круговой метод тренировки для развития силы основных мышечных групп с эспандерами, амортизаторами из резины»	2	
	3.Практическое занятие «Комплекс упражнений на тренажерах для развития мышц рук и ног»	2	
	4.Практическое занятие «Комплекс упражнений на тренажерах для развития мышц спины и брюшного пресса»	2	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i> Определяется при формировании рабочей программы	*	
Всего: лекции 2ч Практические занятия 50ч		52	

## **2.3 Образовательные технологии при проведении аудиторных занятий.**

В соответствии с требованиями ФГОС СПО по профессии 54.01.20 Графический дизайнер, реализация компетентностного подхода должна предусматривать широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий (компьютерных симуляций, деловых и ролевых игр, разбор конкретных ситуаций, психологические и иные тренинги и т.д.) в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития требуемых компетенций обучающихся.

Виды образовательных технологий.

Образовательная технология – это совокупность научно и практически обоснованных методов, и инструментов для достижения запланированных результатов в области образования. Применение конкретных образовательных технологий в учебном процессе определяется спецификой учебной деятельности, ее информационно-ресурсной основы и видов учебной работы.

1. Традиционные образовательные технологии ориентируются на организацию образовательного процесса, предполагающую прямую трансляцию знаний от преподавателя к студенту (преимущественно на основе объяснительно-иллюстративных методов обучения). Учебная деятельность студента носит в таких условиях, как правило, репродуктивный характер.

Примеры форм учебных занятий с использованием традиционных технологий:

Лекция – последовательное изложение материала в дисциплинарной логике, осуществляемое преимущественно вербальными средствами (монолог преподавателя).

Семинар – беседа преподавателя и студентов, обсуждение заранее подготовленных сообщений, проектов по каждому вопросу плана занятия с единым для всех перечнем рекомендуемой обязательной и дополнительной литературы.

Практическое занятие – занятие, посвященное освоению конкретных умений и 33 навыков по предложенному алгоритму.

2. Технологии проблемного обучения – организация образовательного процесса, которая предполагает постановку проблемных вопросов, создание

20 учебных проблемных ситуаций для стимулирование активной познавательной деятельности студентов. Примеры форм учебных занятий с использованием технологий проблемного обучения: Практическое занятие в форме практикума – организация учебной работы, направленная на решение комплексной учебно-познавательной задачи, требующей от студента применения как научно-теоретических знаний, так и практических навыков.

3. Игровые технологии – организация образовательного процесса, основанная на реконструкции моделей поведения в рамках предложенных сценарных условий.

Примеры форм учебных занятий с использованием игровых технологий:

Деловая игра – моделирование различных ситуаций, связанных с выработкой и принятием совместных решений, обсуждением вопросов в режиме мозгового штурма, реконструкцией функционального взаимодействия в коллективе и т.п.

4. Технологии проектного обучения – организация образовательного процесса в соответствии с алгоритмом поэтапного решения проблемной задачи или выполнения учебного задания. Проект предполагает совместную учебно-познавательную деятельность группы студентов, направленную на выработку концепции, установление целей и задач, формулировку ожидаемых результатов, определение принципов и методик решения поставленных задач, планирование хода работы, поиск доступных и оптимальных ресурсов, поэтапную реализацию плана работы, презентацию результатов работы, их осмысление и рефлексию.

Основные типы проектов:

Исследовательский проект – структура приближена к формату научного исследования (доказательство актуальности темы, определение научной проблемы, предмета и объекта исследования, целей и задач, методов, источников, выдвижение гипотезы, обобщение результатов, выводы, обозначение новых проблем).

Творческий проект, как правило, не имеет детально проработанной структуры; учебно-познавательная деятельность студентов осуществляется в рамках рамочного задания, подчиняясь логике и интересам участников проекта, жанру конечного результата (газета, фильм, праздник и т.п.).

5. Интерактивные технологии – организация образовательного процесса, которая предполагает активное и нелинейное взаимодействие всех



участников, достижение на этой основе лично значимого для них образовательного результата. Наряду со специализированными технологиями такого рода принцип интерактивности прослеживается в большинстве современных образовательных технологий. Интерактивность подразумевает субъект-субъектные отношения в ходе образовательного процесса и, как следствие, формирование саморазвивающейся информационно-ресурсной среды.

Примеры форм учебных занятий с использованием специализированных интерактивных технологий:

- лекция обратной связи – лекция-провокация (изложение материала с заранее запланированными ошибками);

- лекция-беседа;

- лекция-дискуссия;

- семинар-дискуссия – коллективное обсуждение какого-либо спорного вопроса, проблемы, выявление мнений в группе.

6. Информационно-коммуникационные образовательные технологии – организация образовательного процесса, основанная на применении специализированных программных средств и технических средств работы с информацией. Примеры форм учебных занятий с использованием информационно-коммуникационных технологий:

Лекция-визуализация – изложение содержания сопровождается презентацией (демонстрацией учебных материалов, представленных в различных знаковых системах, в т.ч. иллюстративных, графических, аудио- и видеоматериалов). Практическое занятие в форме презентации – представление результатов проектной или исследовательской деятельности с использованием специализированных программных сред. Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, определяется главной целью программы, особенностью контингента обучающихся и содержанием конкретных дисциплин, и в целом в учебном процессе они должны составлять не менее определенного процента от всего объема аудиторных занятий.

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.07 Физическая культура**

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

Помещение кабинетов удовлетворяет требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2 № 178-02) и оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированная учебная мебель и средства обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся.

Кабинеты оснащены мультимедийным оборудованием, посредством которых участники образовательного процесса могут просматривать визуальную, создавать презентации, видеоматериалы, иные документы.

#### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

##### **Список источников**

##### **Для обучающихся:**

1. Виленский, М.Я. Физическая культура : учебник / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. — Москва : КноРус, 2019. — 181 с. — СПО.  
<https://www.book.ru/book/919382/view2/1>
2. Кузнецов, В.С. Физическая культура : учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва : КноРус, 2019. — 256 с. — СПО.  
<https://www.book.ru/book/926242/view2/1>
3. Физическая культура [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Е.С. Григорович [и др.]; под ред. Е.С. Григоровича, В.А. Переверзева. – 4-е изд., испр. – Минск: Вышэйшая школа, 2021. – 350 с.  
<http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=509590>
4. Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - 2-е изд., перераб. - М.: Альфа-М: НИЦ ИНФРА-М, 2021. – 336 с.:  
<http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=432358>

##### **Для преподавателей:**

1. Рипа, М.Д. Методы лечебной и адаптивной физической культуры [Текст] : учеб. пособие для СПО / Кулькова, И.В. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Юрайт, 2019. - 158 с. - (Проф. образование).

2. Виленский М.Я. Физическая культура : учебник / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков.-3-е изд., стер.- М.: КНОРУС, 2019.-214 с.- (Среднее профессиональное образование).

3. Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учеб. пособие.- М.: КНОРУС, 2021.-240 с.

### **3.3 Условия реализации программы для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.**

Содержание среднего профессионального образования и условия организации обучения обучающихся с особыми образовательными потребностями определяются адаптированной образовательной программой. Обучение по образовательным программам среднего профессионального образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья на факультете среднего профессионального образования академии осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся. Специальные условия воспитания и развития таких обучающихся, включают в себя:

- использование специальных образовательных программ и методов обучения и воспитания,
- использование специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов по дисциплинам профессии,
- оснащение здания системами противопожарной сигнализации и оповещения с дублирующими световыми устройствами, информационными табло с тактильной (пространственно-рельефной) информацией и др.

– специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, например, использование мультимедийных средств, наличие оргтехники, слайд-проекторов, электронной доски с технологией лазерного сканирования;

– обеспечение возможности дистанционного обучения (электронные УМК для дистанционного обучения, учебники на электронных носителях и др.)

– предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь,

– наличие компьютерной техники и специального программного обеспечения, адаптированных для инвалидов и лиц с ОВЗ;

– обеспечение доступа в здания образовательных организаций и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ обучающимися с ограниченными возможностями здоровья.

– комплектование библиотек специальными адаптивно-техническими средствами для инвалидов и лиц с ОВЗ (говорящими книгами на флеш-картах и специальными аппаратами для их воспроизведения).

В целях доступности получения среднего профессионального образования обучающимися с особыми образовательными потребностями академией ИМСИТ обеспечивается:

1) для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

– адаптация официального сайта академии в сети Интернет с учетом особых потребностей инвалидов по зрению с приведением их к стандарту доступности вебконтента и веб-сервисов;

– размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме (с учетом их особых потребностей) справочной информации о расписании лекций, учебных занятий (должна быть выполнена крупным (высота прописных букв не менее 7,5 см) рельефно-контрастным шрифтом (на белом или жёлтом фоне) и продублирована шрифтом Брайля);

– обеспечение выпуска альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

– обеспечение доступа обучающегося, являющегося слепым и использующего собаку-поводыря, к зданию образовательной организации, располагающего местом для размещения собаки-поводыря в часы обучения самого обучающегося;

2) для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

– дублирование звуковой справочной информации о расписании учебных занятий визуальной (установка мониторов с возможностью трансляции субтитров (мониторы, их размеры и количество необходимо определять с учетом размеров помещения);

– обеспечение надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;

3) для обучающихся, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, материально-технические условия должны обеспечивать возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные и другие помещения образовательной организации, а также их пребывание в указанных помещениях (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов, лифтов и других приспособлений).

4) При получении среднего профессионального образования обучающимся с ограниченными возможностями здоровья академией предоставляются бесплатно специальные учебники и учебные пособия, иная учебная литература, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.07 Физическая культура

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:	«Отлично» - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, умения сформированы, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено высоко.	Фронтальная беседа, устный опрос, тестирование, выполнение индивидуальных заданий
актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности; психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности; сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по профессии;	«Хорошо» - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые умения сформированы недостаточно, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.	Фронтальная беседа, устный опрос, тестирование, выполнение индивидуальных заданий
роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и	«Удовлетворительно» - теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые умения	Фронтальная беседа, устный опрос, тестирование, выполнение индивидуальных заданий

<p>социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии; средства профилактики перенапряжения</p>	<p>работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных</p>	
<p>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</p>	<p>заданий содержат ошибки.</p>	<p>Оценка выполнения практической работы, выполнения индивидуальных заданий, тестирование, принятие нормативов</p>
<p>распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составить план действия; определить необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника); организовывать работу коллектива и команды;</p>	<p>«Неудовлетворительно» - теоретическое содержание курса не освоено, необходимые умения не сформированы, выполненные учебные задания содержат грубые ошибки.</p>	<p>Оценка выполнения практической работы, выполнения индивидуальных заданий, тестирование, принятие нормативов</p> <p>Оценка выполнения практической работы, выполнения индивидуальных заданий, тестирование, принятие нормативов</p> <p>Оценка выполнения практической работы, выполнения индивидуальных заданий, тестирование, принятие нормативов</p>

<p>взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности; описывать значимость своей профессии;</p> <p>использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии</p>		<p>Оценка выполнения практической работы, выполнения индивидуальных заданий, тестирование, принятие нормативов</p>
---	--	--



## **5. Оценка освоения достижений личностных результатов воспитательной работы**

Оценка достижения обучающимися личностных результатов (далее – ЛР) проводится в рамках контрольных и оценочных процедур, предусмотренных данной Программой.

**Способы контроля результатов и критерии результативности реализации воспитательной работы обучающихся академического колледжа.**

<b>Вид контроля</b>	<b>Результат контроля</b>
<b>Входной контроль</b>	диагностика способностей и интересов обучающихся (тестирование, анкетирование, социометрия, опрос).
<b>Текущий контроль</b>	педагогическое наблюдение в процессе проведения мероприятий, педагогический анализ творческих работ, мероприятий обучающихся, формирование и анализ портфолио обучающегося; исполнение текущей отчетности
<b>Итоговый контроль</b>	анализ деятельности

**Комплекс критериев оценки личностных результатов обучающихся:**

- демонстрация интереса к будущей профессии;
- оценка собственного продвижения, личностного развития;
- положительная динамика в организации собственной учебной деятельности по результатам самооценки, самоанализа и коррекции ее результатов;
- ответственность за результат учебной деятельности и подготовки к профессиональной деятельности;

- проявление высокопрофессиональной трудовой активности;
- участие в исследовательской и проектной работе;
- участие в конкурсах профессионального мастерства, олимпиадах по профессии, викторинах, в предметных неделях;
- соблюдение этических норм общения при взаимодействии с обучающимися, преподавателями, руководителями практик;
- конструктивное взаимодействие в учебном коллективе;
- демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа;
- готовность к общению и взаимодействию с людьми самого разного статуса, этнической, религиозной принадлежности и в многообразных обстоятельствах;
- сформированность гражданской позиции; участие в волонтерском движении;
- проявление мировоззренческих установок на готовность молодых людей к работе на благо Отечества;
- проявление правовой активности и навыков правомерного поведения, уважения к Закону;
- отсутствие фактов проявления идеологии терроризма и экстремизма среди обучающихся;
- отсутствие социальных конфликтов среди обучающихся, основанных на межличностной, межрелигиозной почве;
- участие в реализации просветительских программ, поисковых, военно-исторических, краеведческих отрядах и молодежных объединениях;
- добровольческие инициативы по поддержке инвалидов и престарелых граждан;
- проявление экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и мира;
- демонстрация умений и навыков разумного природопользования,

нетерпимого отношения к действиям, приносящим вред экологии;

- демонстрация навыков здорового образа жизни и высокий уровень культуры здоровья обучающихся;

- проявление культуры потребления информации, умений и навыков пользования компьютерной техникой, навыков отбора и критического анализа информации, умения ориентироваться в информационном пространстве;

- участие в конкурсах профессионального мастерства и в командных проектах;

- проявление экономической и финансовой культуры, экономической грамотности а также собственной адекватной позиции по отношению к социально-экономической действительности.