

Приложение 3.4.2 к ОПОП по специальности
38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

**Филиал Автономной некоммерческой организации профессиональной
образовательной организации «Московский колледж деловой карьеры» в
Московской области г. Долгопрудный
(Филиал АНО ПОО «МКДК» в МО г. Долгопрудный)**

УТВЕРЖДАЮ

Директор АНО ПОО

«Московский колледж деловой
карьеры»

/ Неврова Л.В./

29.01.2024г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ОГСЭ.04 «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Специальность: 38.02.01 «Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

Квалификация – Бухгалтер

Форма обучения –очная, очно-заочная, заочная

сроки освоения программы -

По очной форме обучения:

на базе среднего общего образования 1 год 10 месяцев;

По очно-заочной и заочной форме обучения:

на базе среднего общего образования 2 года 10 месяцев;

Долгопрудный, 2024

Рабочая программа учебной дисциплины разработана с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) среднего профессионального образования (СПО) по специальности 38.02.01 «Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 05 февраля 2018 г. N 69, зарегистрированным в Минюсте России 26.02.2018г. № 50137.

Организация разработчик: АНО ПОО «Московский колледж деловой карьеры» (АНО ПОО МКДК)

Рабочая программа по дисциплине ОГСЭ.04 «Адаптивная физическая культура» рассмотрена и одобрена на заседании предметной (цикловой) комиссии по специальности 38.02.01 «Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям), Протокол №1 от 21.01.2024 г.

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.04 «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1.1. Область применения программы

Программа относится к общему гуманитарному и социально-экономическому учебному циклу специальности среднего профессионального образования 38.02.01 «Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)» и разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС) среднего профессионального образования (СПО), по специальности 38.02.01 «Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)», утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 05 февраля 2018 г. N 69, зарегистрированным в Минюсте России 26.02.2018г. № 50137

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина «Адаптивная физическая культура» является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла

Является обязательным разделом гуманитарного компонента образования и направлена на всестороннее развитие личности обучающегося, формирование устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни, физическому совершенствованию, приобретению знаний и умений по использованию средств и методов физической культуры для повышения умственной и физической работоспособности в трудовой деятельности. Способствует расширению и углублению базовых знаний и навыков по физиологии, педагогике и психологии, что является обязательным для успешной профессиональной деятельности и дальнейшего обучения.

1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины " Адаптивная физическая культура" является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи курса:

Образовательные задачи – формирование двигательных умений и навыков, приобретение знаний научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни, обеспечение необходимого уровня физической и психической подготовленности обучающихся для оптимизации жизнедеятельности, овладение умениями по самоконтролю в процессе занятий физической культурой, формирование компетенций будущих специалистов.

Воспитательные задачи – формирование потребностей в физическом самосовершенствовании и подготовке к профессиональной деятельности, формирование привычки к здоровому образу жизни, воспитание морально-волевых качеств, содействие эстетическому воспитанию и нравственному поведению.

Оздоровительные задачи – укрепление здоровья, улучшение физического и психического состояния, повышение уровня функционального состояния организма обучающихся.

Таким образом:

- ✓ **развитие** физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- ✓ **воспитание** бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- ✓ **овладение** технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий

- специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- ✓ **освоение** системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
 - ✓ **приобретение** компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.
 - ✓ формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;
 - ✓ развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
 - ✓ формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
 - ✓ овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
 - ✓ овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
 - ✓ освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
 - ✓ приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого

сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Требования к результатам освоения содержания дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК	Умения	Знания
ОК 01	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 деятельности
ОК 02	определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс	номенклатура информационных источников применяемых в профессиональной

	поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска	деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации
ОК 03	определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; применять современную научную профессиональную терминологию; определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования	содержание актуальной нормативно-правовой документации; современная научная и профессиональная терминология; возможные траектории профессионального развития и самообразования
ОК 04	организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности	психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности
ОК 08	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной

	профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности	деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности, средства профилактики перенапряжения
--	--	---

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

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

Уметь использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- повышения работоспособности, укрепления и сохранения здоровья; подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;
- организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях;
- активной творческой жизнедеятельности, выбора и формирования здорового образа жизни.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины

Максимальная учебная нагрузка обучающегося по очной форме обучения:

163 часа, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 163 часов;

По заочной форме обучения:

Максимальная учебная нагрузка обучающегося:

163 часа, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 2 часа;
- самостоятельной работы обучающегося – 161 час.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы по очной форме:

Распределение часов по семестрам:

№ п \ п	Нагрузка обучающегося	Номер семестра						Всего часов	
		1	2	3	4	5	6		
1.	ОГСЭ.04. АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	48	54	28	33			163	
	1.1.Обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося	48	54	28	33			163	
	В том числе:	Аудиторные занятия	2	1	-	1	-	-	4
		Лабораторных работ	-	-	-	-	-	-	-
		Практических занятий	46	53	28	32			159
	1.1. Самостоятельной работы обучающегося	-	-	-	-			-	
	<i>Промежуточная аттестация в форме</i>	<i>Д/Зачёт</i>	<i>Д/Зачёт</i>	<i>Д/Зачёт</i>	<i>Д/зачёт</i>			-	

Распределение часов, отводимое на освоение учебной дисциплины Адаптивная физическая культура по заочной форме, по курсам:

№ п\п	Нагрузка обучающегося	Номер курса			Всего часов
		1	2	3	
1.	ОГСЭ.04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	54	55	54	163
	1.1.Обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося				2

	В том числе:	Аудиторные занятия	2			2
		Лабораторных работ				-
		Практических занятий				-
	1.2. Самостоятельной работы обучающегося	52	55	54	161	
	<i>Промежуточная аттестация в форме</i>	диф. зачеты			-	

По дисциплине ОГСЭ. 04 Адаптивная физическая культура предусмотрено по 2 часа на группу, которые проводятся, как установочные лекции. Программа дисциплины реализуется в течение всего периода обучения и выполняется обучающимися самостоятельно за счет различных форм внеаудиторных занятий в спортивных клубах, секциях. Для контроля освоения дисциплины "Адаптивная физическая культура" предусмотрено выполнение домашней контрольной работы

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Адаптивная физическая культура» (очная форма)

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Тема 1. Оздоровительная, лечебная и адаптивная физическая культура	Содержание учебного материала	34	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК8
	1. Физическая культура в общекультурном и профессиональном развитии человека.		
	2. Физическая культура в социальном развитии человека.		
	3. Основы здорового образа жизни.		
	4. Физкультурно-оздоровительная деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.		
В том числе, практических занятий	30		

1. Техника безопасности при физкультурно-оздоровительных занятиях.	2	
2. Техника безопасности при физкультурно-оздоровительных занятиях.	2	
3. Основы здорового образа жизни студента.	2	
4. Средства и методы оздоровительной, лечебной и адаптивной физической культуры.	2	
5. Современные физкультурно-оздоровительные технологии.	2	
6. Врачебно-педагогический контроль и самоконтроль при занятиях оздоровительной, лечебной и адаптивной физической культурой.	2	
7. Организация самостоятельных физкультурно-оздоровительных занятий.	2	
8. Обучение упражнениям на гибкость.	4	
9. Обучение упражнениям на формирование осанки.	4	
10. Обучение упражнениям на развитие мышц спины.	2	
11. Обучение упражнениям на развитие мышц рук.	2	
12. Упражнения для развития мелкой моторики рук.	2	

	13. Обучение упражнениям на развитие и укрепление мышц брюшного пресса.	2	
Тема 2. Оздоровительные системы физических упражнений и адаптивная физическая культура	Содержание учебного материала	30	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК8
	1. Основы оздоровительных систем физических упражнений и адаптивной физической культуры.		
	2. Средства и методы оздоровительные системы физических упражнений и адаптивная физическая культура.	30	
	В том числе, практических занятий		
	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		
Тема 3. Терренкур и	Содержание учебного материала	34	
	1. Основы терренкура и легкой атлетики.		

легкоатлетические упражнения в оздоровительной тренировке	2. Улучшение морфофункционального состояния и повышение уровня подготовленности с использованием терренкура, средств и методов легкой атлетики.		ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК8
	В том числе, практических занятий	34	
	1. Техника ходьбы.	8	
	2. Техника легкоатлетических упражнений.	8	
	3. Повышение уровня подготовленности и улучшение морфофункционального состояния с использованием терренкура, средств и методов легкой атлетики.	10	
	4. Выполнение комплекса легкоатлетических упражнений для оздоровительной тренировки.	8	
Тема 4.	Содержание учебного материала		ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК8
Подвижные и спортивные игры в оздоровительной тренировке	1. Основы подвижных и спортивных игр.	32	
	2. Техника упражнений в подвижных и спортивных играх.		
	В том числе, практических занятий	32	
	1. Правила подвижных и спортивных игр.	10	
	2. Техника и тактика игровых действий.	10	

ьной тренировке	3. Повышение уровня подготовленности и улучшение морфофункционального состояния с использованием спортивных игр.	12	
Тема 5. Лыжная подготовка в оздоровител ьной тренировке	Содержание учебного материала	33	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК8.
	1. Основы лыжной подготовки.		
	2. Техника способов передвижения на лыжах.		
	В том числе, практических занятий	33	
	1. Подготовка и правила использования лыжного инвентаря.	9	
	2. Техника основных способов передвижения на лыжах.	12	
	3. Повышение уровня подготовленности и улучшение морфофункционального состояния с использованием упражнений из лыжных гонок.	12	
Промежуточная аттестация			
Всего:		163	

Содержание учебной дисциплины ОГСЭ. 04 «Адаптивная физическая культура» (заочная форма)

По дисциплине ОГСЭ. 04 Адаптивная физическая культура предусмотрено по 2 часа на группу, которые проводятся, как установочные лекции. Программа дисциплины реализуется в течение всего периода обучения и выполняется обучающимися самостоятельно за счет различных форм внеаудиторных занятий в спортивных клубах, секциях. Для контроля освоения дисциплины "Адаптивная физическая культура" предусмотрено выполнение домашней контрольной работы.

Практический материал программы направлен на повышение уровня функциональных и двигательных способностей, формирование здоровьесберегающих компетенций, овладение методами и средствами оздоровительно-физкультурной деятельности, приобретение личного опыта, направленного использования средств физической культуры и спорта.

Врачебный контроль проводится до начала учебных занятий по физической культуре. Распределение по учебным группам проводится в начале учебного года с учетом пола, состояния здоровья, физической подготовленности. Обучающиеся, не прошедшие медицинское обследование, к практическим учебным занятиям по дисциплине «Физическая культура» не допускаются.

Практические занятия по физической культуре в группах основного учебного отделения направлены на всестороннее физическое развитие; приобретение необходимых знаний и умений для выполнения двигательных действий, воспитание основных физических качеств; формирование общекультурных и профессиональных компетенций, приобщение к здоровому образу жизни.

Учебный процесс в группах специального отделения направлен на укрепление здоровья обучающихся, оптимизацию психофизического развития, приобретение знаний и умений использования средств физической культуры в профилактике заболеваний.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Спортивный зал:

Специальное напольное покрытие

Медицинболы-3 шт

Мячи-3 шт

**Учебно-методическое обеспечение программы учебной
дисциплины**

Инструктивно-нормативная документация

1. Закон Российской Федерации об образовании, постановления, приказы, инструкции, информационные письма Министерства образования РФ, соответствующие профилю дисциплины.

2. Инструкции по охране труда, противопожарной безопасности и производственной санитарии, в соответствии с профилем кабинета.

3. Перечень материально-технического и учебно-методического оснащение кабинета.

Учебно-программная документация

1. Рабочая программа по дисциплине «Физическая культура».

2. Календарно-тематический план.

Учебно-методическая документация

1. Учебно-методические комплексы по разделам и темам дисциплины для занятий.

2. Контрольные тесты для оценки физической подготовленности студентов.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий,

а) основная литература:

1. Быченков С.В. Физическая культура : учебное пособие для СПО / Быченков С.В., Везеницын О.В.. — Саратов : Профобразование, Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 122 с. — ISBN 978-5-4486-0374-7, 978-5-4488-0195-2. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/77006.html> . — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Лысова И.А. Физическая культура : учебное пособие / Лысова И.А.. — Москва : Московский гуманитарный университет, 2011. — 161 с. — ISBN 978-5-98079-753-9. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR

BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/8625.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Физическая культура : учебное пособие / Е.С. Григорович [и др.].. — Минск : Вышэйшая школа, 2014. — 351 с. — ISBN 978-985-06-2431-4. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/35564.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

б) дополнительная литература:

1. Быченков С.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник для студентов высших учебных заведений/ Быченков С.В., Везеницын О.В.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2016.— 270 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/49867> .— ЭБС «IPRbooks», по паролю

2. Кравчук В.И. Легкая атлетика [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие по дисциплине «Физическая культура» (раздел «Легкая атлетика»)/ Кравчук В.И.— Электрон. текстовые данные.— Челябинск: Челябинский государственный институт культуры, 2013.— 184 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/56428> .— ЭБС «IPRbooks», по паролю

3. Германов Г.Н. Двигательные способности и навыки. Разделы теории физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов-бакалавров и магистров высших учебных заведений по направлениям подготовки 49.03.01, 49.04.01 «Физическая культура» и 44.03.01, 44.04.01 «Педагогическое образование»/ Германов Г.Н.— Электрон. текстовые данные.— Воронеж: Элист, 2017.— 303 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/52019> .— ЭБС «IPRbooks», по паролю

Факультативная литература

1. Физическая культура и здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе [Электронный ресурс]: материалы Регионального научно-методического семинара «Физическая культура и здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе» (25 марта 2015 года)/ Р.Р. Абдуллин [и

др.]— Электрон. текстовые данные.— Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2015.— 164 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/51799> .— ЭБС «IPRbooks», по паролю

2. Совершенствование преподавания предмета Физическая культура. Проблемы и решения [Электронный ресурс]: материалы Международной научно-практической конференции (7 декабря 2013 года)/ М.В. Андрианов [и др.]— Электрон. текстовые данные.— Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2014.— 225 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/51793> .— ЭБС «IPRbooks», по паролю

3. Третьякова Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Третьякова Н.В., Андрияшина Т.В., Кетриш Е.В.— Электрон. текстовые данные.— М.: Спорт, 2016.— 280 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55566> .— ЭБС «IPRbooks», по паролю

4. Ишмухаметов М.Г. Теория и методика оздоровительно-рекреационной физической культуры и спорта. Питание в здоровом образе жизни [Электронный ресурс]: учебное пособие. Специальность 050720 - «Физическая культура». Направление подготовки 050100 - «Педагогическое образование». Профиль подготовки - «Физическая культура»/ Ишмухаметов М.Г.— Электрон. текстовые данные.— Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2014.— 193 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/32246> .— ЭБС «IPRbooks», по паролю

5. Удальцов Е.А. Основы анатомии и физиологии человека [Электронный ресурс]: практикум/ Удальцов Е.А.— Электрон. текстовые данные.— Новосибирск: Сибирский государственный университет телекоммуникаций и информатики, 2014.— 144 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55488> .— ЭБС «IPRbooks», по паролю

в) периодические издания:

1. Журнал Гигиена и санитария — Электрон. текстовые данные.— Медицина, — 2012-2016 Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/41109> .— ЭБС «IPRbooks», по паролю

2. Журнал Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины.— Медицина, — 2012-2016 Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/41269> .— ЭБС «IPRbooks», по паролю

г) **Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля) "Адаптивная физическая культура":**

www.edu.ru Федеральный портал «Российское образование».

www.olympic.ru Официальный сайт Олимпийского комитета России.

<http://www.teoriya.ru> Сайт редакции журнала «Теория и практика физической культуры».

<http://www.infosport.ru> - Национальная информационная сеть Спортивная Россия.

<http://sport.mos.ru> – Департамент физической культуры и спорта города Москвы.

3.3. Особенности организации образовательной деятельности для лиц с ограниченными возможностями здоровья

Содержание среднего профессионального образования и условия организации обучения в АНО ПОО «Московский колледж деловой карьеры» студентов (слушателей) с ограниченными возможностями здоровья определяются адаптированной образовательной программой (при необходимости), а для инвалидов также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида.

Обучение по ППССЗ студентов (слушателей) с ограниченными возможностями здоровья осуществляется в АНО ПОО «Московский колледж деловой карьеры» с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких лиц.

В АНО ПОО «Московский колледж деловой карьеры» созданы специальные условия для получения среднего профессионального образования студентами (слушателями) с ограниченными возможностями здоровья.

Под специальными условиями для получения среднего профессионального студентов (слушателей) с ограниченными возможностями здоровья понимаются условия обучения, воспитания и развития таких лиц, включающие в себя использование специальных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего студентам (слушателям) необходимую техническую помощь, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий, обеспечение доступа в здания АНО ПОО «Московский колледж деловой карьеры» и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ лицам с ограниченными возможностями здоровья.

В целях доступности получения среднего профессионального образования студентам (слушателям) с ограниченными возможностями здоровья АНО ПОО «Московский колледж деловой карьеры» обеспечивается:

- для слушателей с ограниченными возможностями здоровья по слуху услуги сурдопереводчика и обеспечение надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;

- для студентов (слушателей), имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, материально-технические условия обеспечивают возможность беспрепятственного доступа в учебные помещения, столовые, туалетные и другие помещения АНО ПОО «Московский колледж деловой карьеры», а также их пребывания в указанных помещениях (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов и других приспособлений).

Образование студентов (слушателей) с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими студентами (слушателями), так и в отдельных группах. Численность лиц с ограниченными возможностями здоровья в учебной группе устанавливается до 15 человек.

С учетом особых потребностей студентов (слушателей) с ограниченными

возможностями здоровья в АНО ПОО «Московский колледж деловой карьеры» обеспечивается предоставление учебных, лекционных материалов в электронном виде.

С учетом особых потребностей студентов (слушателей) с ограниченными возможностями здоровья в колледже предусмотрена возможность обучения по индивидуальному плану.

Образовательные технологии

В преподавании дисциплины «Физическая культура» используются следующие формы:

- практические занятия (методико-практические, учебно-тренировочные в спортивных клубах и секциях) и лекции, в рамках которых применяются ролевые игры, решаются ситуационные задачи;

- тестирование (диагностическое тестирование, тестирование двигательной подготовленности, дидактический тест);

- самостоятельная работа обучающихся проходящая во время основных аудиторных занятий, включающая усвоение теоретического материала; подготовку к текущему контролю знаний и к промежуточным аттестациям; выполнение творческих заданий; написание рефератов, тезисов и статей;

- рейтинговая технология контроля учебной деятельности обучающихся для обеспечения их ритмичной работы в течение семестра;

- консультирование обучающихся по вопросам здоровье-сберегающих технологий.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа

- Самостоятельная работа обучающихся проходит во время основных

аудиторных занятий:

– подготовка к практическим занятиям (работа с научной и учебно-методической литературой);

– подготовка и написание реферативных работ;

• Самостоятельная работа под контролем преподавателя в форме плановых консультаций, творческих контактов, дифференцированных зачетов;

• Внеаудиторная самостоятельная работа при выполнении заданий творческого характера:

– проведение занятий в спортивных клубах, секциях;

– научно-исследовательская деятельность, написание тезисов и научных статей, выступления на конференциях;

– участие в спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях;

– малые формы самостоятельных занятий (утренняя гимнастика, физкультурные минутки, физкультурные паузы);

– большие формы самостоятельных занятий (походы выходного дня, самостоятельные тренировочные занятия и т.д.).

Формы контроля усвоения обучающимися содержания дисциплины «Физическая культура»:

• функциональное тестирование;

• текущий и итоговый контроль успеваемости;

• рейтинговая система оценки.

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
Знания о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	Владение целостной системой знаний о физической культуре и ее роли в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	Устный опрос Тестирование

<p>Знание основ здорового образа жизни</p>	<p>Использование и применение основ здорового образа жизни в формировании собственного стиля жизни для решения личных и профессиональных задач</p>	<p>Устный опрос Тестирование</p>
<p>Умение использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей</p>	<p>Владение основными средствами и методами оздоровительной, лечебной и адаптивной физической культуры для укрепления индивидуального здоровья и физического самосовершенствования; ценностями физической культуры и спорта для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности. Навыки выполнения двигательных действий из оздоровительных систем физических упражнений и адаптивной физической культуры, элементов базовых видов спорта для улучшения морфофункционального состояния. Владение разнообразными методиками применения средств оздоровительной, лечебной и адаптивной физической культуры для улучшения морфофункционального состояния. Самостоятельное составление и освоение комплексов упражнений утренней гигиенической гимнастики, физкультурно-</p>	<p>Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в процессе проведения практических занятий, приема функциональных проб и контрольных испытаний с учетом имеющегося заболевания.</p>

	<p>оздоровительных занятий различной направленности с соблюдением техники безопасности.</p> <p>Владение основными методиками самоконтроля при занятиях оздоровительной физической культурой</p>	
--	---	--