



Частное профессиональное образовательное учреждение
«АНАПСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ»
(ЧПОУ «Анапский индустриальный техникум»)

УТВЕРЖДАЮ

Директор техникума

Е.Ю.Пономарева

«31» августа

2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.05 «Физическая культура/Адаптивная физическая культура»

для специальности

09.02.07 «Информационные системы и программирование»

АНАПА
2023

РАССМОТРЕНО

ПЦК общих гуманитарных, социальных и естественнонаучных
дисциплин

«31» августа 2023г. протокол № 1

Председатель

/Асташев А.Г./

Рассмотрена

на заседании педагогического совета

протокол № 1 от 31.08.2023 г.

Рабочая программа разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта по специальности:

09.02.07 «Информационные системы и программирование», Приказ №1547 от 09.12.2016 Министерства образования и науки РФ, зарегистрирован в Министерстве Юстиции России, Приказ № 44936 от 26.12.2016г. (с изм. Приказ Минпросвещения РФ от 01.09.2022 № 796).

Организация-разработчик ЧПОУ «Анапский индустриальный техникум»

Разработчик: Скрипников Д.В.
преподаватель ЧПОУ «Анапский
индустриальный техникум»

подпись

Рецензент: Шатов Д.С.
преподаватель ЧПОУ «Анапский
индустриальный техникум»

должность, квалификация по диплому

подпись

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА/АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	21

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА/АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1.1. Область применения рабочей программы.

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура/Адаптивная физическая культура» является частью профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессиям СПО, по специальности 09.02.07 «Информационные системы и программирование».

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.

Учебная дисциплина «Физическая культура/Адаптивная физическая культура» относится к общему гуманитарному и социально-экономическому циклу основной профессиональной образовательной программы.

Учебная дисциплина «Физическая культура/Адаптивная физическая культура» обеспечивает формирование общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по специальности 09.02.07 «Информационные системы и программирование»

1.3. Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины.

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

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
- применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;
- пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности).

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

- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни;
- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности);

– средства профилактики перенапряжения.

1.4. Освоение учебной дисциплины способствует формированию следующих компетенций.

Код	Наименование компетенции
ОК 3.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.
ОК 4.	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.
ОК 6.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.
ОК 7.	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.
ОК 8.	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 дисциплины:

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 170 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 162 часа; самостоятельной работы обучающегося 8 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	170
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	162
в том числе:	
лекционные занятия	2
практические занятия	160
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	8
Промежуточная аттестация в форме зачета в 3, 5, 7 семестрах, дифференцированного зачета в 4, 6, 8 семестрах	

2.2. Календарно-тематический план и содержание учебной дисциплины «Физическая культура/ Адаптивная физическая культура».

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов
	3 СЕМЕСТР	
	Теоретическое обучение	
1.	<p>Тема 1. Физическая культура в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека. Влияние физической культуры на функциональные возможности человека, умственную и физическую работоспособность, адаптационные возможности человека Физическая культура, как форма самовыражения личности через социально активную полезную деятельность Спорт – явление культурной жизни. Спорт – часть физической культуры. Современное Олимпийское движение, символика и ритуалы Олимпийских игр Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП). Основные факторы, определяющие ППФП: виды, условия и характер труда, режим труда и отдыха, особенности динамики работоспособности Развитие необходимых качеств в профессиональной деятельности: физической силы, выносливости, координации движений, силовых качеств.</p>	2
	Легкая атлетика	
2.	<p>Практическое занятие №1. Изучение техники бега: высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование.</p>	2
3.	<p>Практическое занятие №2. Изучение техники бега на короткие дистанции. Бег на 100м. Эстафетный бег 4x100м.</p>	2
4.	<p>Практическое занятие №3. Изучение техники метания гранат. Бег на 500м (дев) и 1000м (юн).</p>	2
5.	<p>Практическое занятие №4. Контрольное метание гранат.</p>	2

	Прыжковые упражнения. Прыжки в длину с места.	
	Спортивные игры. Баскетбол.	
6.	Практическое занятие №5. Изучение техники ведения мяча в высокой, средней и низкой стойке, правой и левой рукой с изменением направления.	2
7.	Практическое занятие №6. Изучение техники приема и передачи мяча: двумя руками на уровне груди, с отскоком от пола на месте и движении.	2
8.	Практическое занятие №7. Изучение техники бросков мяча по кольцу со штрафной линии. Изучение техники бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	2
9.	Практическое занятие №8. Изучение техники приема «заслон».	2
10.	Практическое занятие №9. Изучение техники бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	2
	Спортивные игры. Волейбол.	
11.	Практическое занятие №10. Изучение техники подачи мяча. Верхняя и нижняя подача мяча, прием мяча после подачи.	2
12.	Практическое занятие №11. Изучение техники передачи и приема мяча сверху и снизу через сетку.	2
13.	Практическое занятие №12. Подача мяча. Двусторонняя игра.	2
14.	Практическое занятие №13. Изучение техники выполнения нападающего удара. Страховка у сетки. Двусторонняя игра.	2
	Спортивные игры. Настольный теннис	
15.	Практическое занятие №14. Изучение техники выполнения подачи мяча: подброс (высота), удар.	2
16.	Практическое занятие №15. Зачёт	2
	Итого за семестр:	32

4 СЕМЕСТР		
Общая физическая подготовка		
1.	Практическое занятие №16. Изучение комплекса упражнений с набивным мячом при нарушении осанки и для развития подвижности суставов.	2
Профессионально-прикладная физическая подготовка		
2.	Практическое занятие №17. Изучение упражнений с нагрузкой на мышцы верхних и нижних конечностей статического и динамического характера.	2
Виды спорта по выбору. Спортивная аэробика/Атлетическая гимнастика		
3.	Практическое занятие №18. Изучение упражнений на развитие мышц пресса и верхнего плечевого пояса. Выполнение норматива на пресс.	2
4.	Практическое занятие №19. Изучение упражнений с собственным весом на развитие выносливости. Выполнение норматива прыжки на скакалке.	2
Легкая атлетика		
5.	Практическое занятие №20. Изучение техники бега: высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование.	2
6.	Практическое занятие №21. Изучение техники бега на короткие дистанции. Бег на 100м. Эстафетный бег 4x100м.	2
7.	Практическое занятие №22. Изучение техники метания гранат. Бег на 500м (дев) и 1000м (юн).	2
8.	Практическое занятие №23. Контрольное метание гранат. Прыжковые упражнения. Прыжки в длину с места.	2
9.	Практическое занятие №24. Изучение техники прыжков в длину с разбега способом «согнув ноги».	2
Спортивные игры. Баскетбол.		

10.	Практическое занятие №25. Изучение техники ведения мяча в высокой, средней и низкой стойке, правой и левой рукой с изменением направления.	2
11.	Практическое занятие №26. Изучение техники приема и передачи мяча: двумя руками на уровне груди, с отскоком от пола на месте и движении.	2
12.	Практическое занятие №27. Изучение техники бросков мяча по кольцу со штрафной линии. Изучение техники бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	2
13.	Практическое занятие №28. Изучение техники приема «заслон». Изучение техники бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	2
	Спортивные игры. Волейбол.	
14.	Практическое занятие №29. Изучение техники подачи мяча. Верхняя и нижняя подача мяча, прием мяча после подачи.	2
15.	Практическое занятие №30. Изучение техники выполнения нападающего удара. Страховка у сетки. Двусторонняя игра.	2
16.	Самостоятельная работа Выполнение верхней и нижней подачи мяча.	2
17.	Практическое занятие №31. Дифференцированный зачёт	2
	Итого за семестр:	34
	5 СЕМЕСТР	
	Спортивные игры. Настольный теннис	
1.	Практическое занятие №32. Изучение техники выполнения подачи мяча: подброс (высота), удар. Изучение техники выполнения приёма срезка. Срезка слева, срезка справа	2
2.	Практическое занятие №33. Изучение техники выполнения приёма подставка. Подставка слева, подставка справа.	2
	Общая физическая подготовка	

3.	Практическое занятие №34. Закрепление комплекса упражнений с набивным мячом при нарушении осанки.	2
Легкая атлетика		
4.	Практическое занятие №35. Закрепление техники бега: высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование.	2
5.	Практическое занятие №36. Закрепление техники бега на короткие дистанции. Бег на 100м. Эстафетный бег 4x100м.	2
6.	Практическое занятие №37. Закрепление техники метания гранат. Бег на 500м (дев) и 1000м (юн).	2
Спортивные игры. Баскетбол.		
7.	Практическое занятие №38. Закрепление техники ведения мяча в высокой, средней и низкой стойке, правой и левой рукой с изменением направления.	2
8.	Практическое занятие №39. Закрепление техники приема и передачи мяча: двумя руками на уровне груди, с отскоком от пола на месте и движении.	2
9.	Практическое занятие №40. Закрепление техники бросков мяча по кольцу со штрафной линии. Закрепление техники бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	2
Спортивные игры. Волейбол.		
10.	Практическое занятие №41. Закрепление техники подачи мяча. Верхняя и нижняя подача мяча, прием мяча после подачи. Закрепление техники передачи и приема мяча сверху и снизу через сетку.	2
11.	Практическое занятие №42. Зачет.	2
Итого за семестр:		22
6 СЕМЕСТР		
Спортивные игры. Настольный теннис		

1.	Практическое занятие №43. Закрепление техники выполнения подачи мяча: подброс (высота), удар.	2
2.	Практическое занятие №44. Закрепление техники выполнения приёма срезка. Срезка слева, срезка справа.	2
3.	Практическое занятие №45. Закрепление техники выполнения приёма подставка. Подставка слева, подставка справа.	2
4.	Самостоятельная работа Правила игры. Повторение техники выполнения приёма.	2
	Виды спорта по выбору. Спортивная аэробика/Атлетическая гимнастика	
5.	Практическое занятие №46. Закрепление упражнений на развитие мышц пресса и верхнего плечевого пояса. Выполнение норматива на пресс.	2
6.	Практическое занятие №47. Закрепление упражнений с собственным весом на развитие выносливости. Выполнение норматива прыжки на скакалке.	2
	Легкая атлетика	
7.	Практическое занятие №48. Закрепление техники бега: высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование.	2
8.	Практическое занятие №49. Закрепление техники бега на короткие дистанции. Бег на 100м. Эстафетный бег 4x100м.	2
9.	Практическое занятие №50. Закрепление техники метания гранат. Бег на 500м (дев) и 1000м (юн).	2
10.	Практическое занятие №51. Контрольное метание гранат. Прыжковые упражнения. Прыжки в длину с места.	2
	Спортивные игры. Баскетбол.	
11.	Практическое занятие №52. Закрепление техники ведения мяча в высокой, средней и низкой стойке, правой и левой	2

	рукой с изменением направления.	
12.	Практическое занятие №53. Закрепление техники приема и передачи мяча: двумя руками на уровне груди, с отскоком от пола на месте и движении.	2
13.	Практическое занятие №54. Закрепление техники бросков мяча по кольцу со штрафной линии. Закрепление техники бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	2
	Спортивные игры. Волейбол.	
14.	Практическое занятие №55. Закрепление техники подачи мяча. Верхняя и нижняя подача мяча, прием мяча после подачи.	2
15.	Практическое занятие №56. Закрепление техники передачи и приема мяча сверху и снизу через сетку. Подача мяча.	2
16.	Практическое занятие №57. Закрепление техники выполнения нападающего удара. Страховка у сетки. Двусторонняя игра.	2
17.	Практическое занятие №58. Дифференцированный зачёт.	2
	Итого за семестр:	34
	7 СЕМЕСТР	
	Легкая атлетика	
1.	Практическое занятие №59. Совершенствование техники бега: высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование.	2
2.	Практическое занятие №60. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Бег на 100м. Эстафетный бег 4x100м.	2
3.	Практическое занятие №61. Совершенствование техники метания гранат. Бег на 500м (дев) и 1000м (юн).	2
4.	Практическое занятие №62. Контрольное метание гранат. Прыжковые упражнения. Прыжки в длину с места.	2
	Спортивные игры. Баскетбол.	

5.	Практическое занятие №63. Совершенствование техники ведения мяча в высокой, средней и низкой стойке, правой и левой рукой с изменением направления.	2
6.	Практическое занятие №64. Совершенствование техники приема и передачи мяча: двумя руками на уровне груди, с отскоком от пола на месте и движении.	2
7.	Самостоятельная работа Правила игры.	1
Спортивные игры. Волейбол.		
8.	Практическое занятие №65. Совершенствование техники подачи мяча. Верхняя и нижняя подача мяча, прием мяча после подачи.	2
9.	Практическое занятие №66. Совершенствование техники передачи и приема мяча сверху и снизу через сетку. Подача мяча.	2
10.	Самостоятельная работа Правила игры.	1
Спортивные игры. Настольный теннис		
11.	Практическое занятие №67. Совершенствование техники выполнения приёма срезка. Срезка слева, срезка справа. Совершенствование техники выполнения приёма подставка. Подставка слева, подставка справа.	2
12.	Практическое занятие №68. Зачёт.	2
Итого за семестр:		22
8 СЕМЕСТР		
Легкая атлетика		
1.	Практическое занятие №69. Совершенствование техники бега: высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование.	2
2.	Практическое занятие №70. Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	2
3.	Практическое занятие №71. Бег на 100м. Эстафетный бег 4x100м.	2

4.	Практическое занятие №72. Совершенствование техники метания гранат. Бег на 500м (дев) и 1000м (юн).	2
5.	Практическое занятие №73. Контрольное метание гранат.	2
6.	Практическое занятие №74. Прыжковые упражнения. Прыжки в длину с места.	2
Спортивные игры. Баскетбол.		
7.	Практическое занятие №75. Совершенствование техники ведения мяча в высокой, средней и низкой стойке, правой и левой рукой с изменением направления.	2
8.	Практическое занятие №76. Совершенствование техники приема и передачи мяча: двумя руками на уровне груди, с отскоком от пола на месте и движении.	2
Спортивные игры. Волейбол.		
9.	Практическое занятие №77. Совершенствование техники подачи мяча.	2
10.	Практическое занятие №78. Верхняя и нижняя подача мяча, прием мяча после подачи.	2
11.	Практическое занятие №79. Совершенствование техники передачи и приема мяча сверху и снизу через сетку.	2
12.	Самостоятельная работа Подача мяча.	2
13.	Практическое занятие №80. Дифференцированный зачёт.	2
Итого за семестр:		26
Всего:		170

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.

Все помещения, объекты физической культуры и спорта, места для занятий физической подготовкой, которые необходимы для реализации учебной дисциплины «Физическая культура», должны быть оснащены соответствующим оборудованием и инвентарем в зависимости от изучаемых разделов программы и видов спорта. Все объекты, которые используются при проведении занятий по физической культуре, должны отвечать действующим санитарным и противопожарным нормам.

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

- стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды (перекладина, брус, бревно, конь с ручками, конь для прыжков и др.), тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат, шест для лазания, канат для перетягивания, стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, беговая дорожка, ковер борцовский или татами, 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, защита для волейбольных стоек, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, гасители для ворот мини-футбольных, мячи для мини-футбола 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, брус 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 Ф-1, 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.

В зависимости от возможностей, которыми располагают профессиональные образовательные организации, для реализации учебной дисциплины «Физическая культура» в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования могут быть использованы:

- тренажерный зал;
- плавательный бассейн;
- специализированные спортивные залы (зал спортивных игр, гимнастики, хореографии, единоборств и др.);
- открытые спортивные площадки для занятий: баскетболом; бадминтоном, волейболом, теннисом, мини-футболом, хоккеем;
- футбольное поле с замкнутой беговой дорожкой, секторами для прыжков и метаний.

В зависимости от возможностей материально-технической базы и наличия кадрового потенциала перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря может быть дополнен.

Для проведения учебно-методических занятий целесообразно использовать комплект мультимедийного и коммуникационного оборудования: электронные носители, компьютеры для аудиторной и внеаудиторной работы.

3.2. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Основные источники:

1. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М.: КноРУС., 2022

Дополнительные источники:

1. Об образовании в Российской Федерации: федер. закон от 29.12. 2012 № 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ, в ред. от 03.07.2016, с изм. от 19.12.2016.)

2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 31 декабря 2015 г. N 1578 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный

приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. N413"

Интернет-ресурсы:

1. www.minstm.gov.ru (Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации).
2. www.edu.ru (Федеральный портал «Российское образование»).
3. www.olympic.ru (Официальный сайт Олимпийского комитета России).
4. www.goup32441.narod.ru (сайт: Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009).

3.3. Методическое обеспечение образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ определяются программой дисциплины, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются, как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и дидактические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением дистанционных технологий.

Дистанционное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а так же с другими обучаемыми посредством вебинаров (например, с использованием программы Skype) , что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В учебном процессе для повышения уровня восприятия и переработки учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения.

Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с учетом того, чтобы студенты с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости

обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении аттестации.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен <i>знать</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> – роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; – основы здорового образа жизни; – условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности); – средства профилактики перенапряжения. 	<p>Демонстрировать знания о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека. Знать основы здорового образа жизни</p>	<p>Фронтальная беседа, устный опрос</p>
<p><i>уметь</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; – применять рациональные 	<p>Умение выполнять различные физические упражнения, использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья</p>	<p>Оценка выполнения практических заданий, выполнение индивидуальных заданий, принятие нормативов</p>

<p>приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; – пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности).</p>		
---	--	--