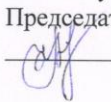
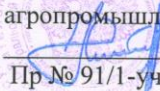


МИНИСТЕРСТВО ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«КАМЕНСК-УРАЛЬСКИЙ АГРОПРОМЫШЛЕННЫЙ ТЕХНИКУМ»

СОГЛАСОВАНО

Научно-методический совет
Протокол № 1
«31» августа 2017 г.
Председатель НМС
 Ю. А. Некрасова

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора
ГАПОУ СО «Каменск-Уральский
агропромышленный техникум»
 С.И. Некрасов
Пр № 91/1-уч от 31.08.2017г..



**АДАПТИРОВАННАЯ ОСНОВНАЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА
по специальности 09.02.03. «Программирование в компьютерных системах»**

По программе подготовки
специалистов среднего звена:
**09.02.03. «Программирование в
компьютерных системах»**
Форма обучения: очная
Срок обучения: 3 года 10 мес.
Планируемый уровень квалификации:
специалист

Каменск-Уральский, 2017

Адаптированная основная образовательная программа подготовки специалистов среднего звена по специальности 09.02.03. «Программирование в компьютерных системах» составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта СПО (далее - ФГОС) (Утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 июля 2014г. № 804, зарегистрировано в Минюсте РФ от 21.0-8.2014г. № 33733)

Организация разработчик: ГАПОУ СО «Каменск-Уральский агропромышленный техникум»

Разработчики:

Забродина Людмила Александровна, методист ГАПОУ СО «Каменск-Уральский агропромышленный техникум»,

Шумилова Татьяна Александровна, преподаватель ГАПОУ СО «Каменск-Уральский агропромышленный техникум», высшая квалификационная категория,

Завескин Мирослав Владимирович, преподаватель ГАПОУ СО «Каменск-Уральский агропромышленный техникум», первая квалификационная категория,

Липина Елена Викторовна, преподаватель ГАПОУ СО «Каменск-Уральский агропромышленный техникум»,

Красильникова Надежда Анатольевна, ГАПОУ СО «Каменск-Уральский агропромышленный техникум», первая квалификационная категория,

Тетерин Илья Сергеевич, ГАПОУ СО «Каменск-Уральский агропромышленный техникум», первая квалификационная категория,

Ершов Владимир Александрович, ГАПОУ СО «Каменск-Уральский агропромышленный техникум», первая квалификационная категория,

Довгаль Светлана Борисовна, ГАПОУ СО «Каменск-Уральский агропромышленный техникум».

Рецензент:

Некрасова Юлия Александровна, заместитель директора по НМР, ГАПОУ СО «КУАТ»

Фамилия, Имя, Отчество,

должность,

место работы

Согласовано на заседании П(Ц)К, протокол № 1, от «28» августа 2017г.

Председатель _____ / Л.А.Забродина/

Согласовано на заседании НМС, протокол №1, от «31» августа 2017г.

Председатель _____ / Ю.А.Некрасова/

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ.....	3
1.1.	АППССЗ, реализуемая техникумом по специальности.....	3
1.2.	Нормативные документы для разработки АППССЗ.....	4
1.3.	Срок получения СПО по АППССЗ.....	5
2.	ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫПУСКНИКОВ.....	5
2.1.	Область профессиональной деятельности выпускника.....	5
2.2.	Объекты профессиональной деятельности выпускника.....	5
2.3.	Виды профессиональной деятельности выпускника.....	5
3.	ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА ЗВЕНА.....	6
3.1.	Общие компетенции.....	6
3.2.	Профессиональные компетенции.....	6
4.	ДОКУМЕНТЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ СОДЕРЖАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА.....	7
4.1.	Учебный план и календарный учебный график.....	7
4.2.	Рабочие программы дисциплин общего гуманитарного и социально- экономического учебного цикла.....	7
4.3.	Рабочие программы дисциплин математического и общего естественнонаучного учебного цикла.....	7
4.4.	Рабочая учебная программа по физической культуре.....	8
4.5.	Адаптированная образовательная рабочая программа для обучающихся (инвалидов) с нарушением опорно-двигательного аппарата.....	8
4.6.	Рабочие программы общепрофессиональных дисциплин.....	8
4.7.	Рабочие программы профессиональных модулей.....	8
5.	ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ ППССЗ.....	8
5.1.	Организация текущего контроля успеваемости.....	8
5.2.	Организация промежуточной аттестации.....	9
5.3.	Государственная итоговая аттестация выпускников.....	9
6.	ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ УСЛОВИЙ ДЛЯ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ (ИНВАЛИДОВ) С НАРУШЕНИЕМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА.....	10
6.1.	Кадровое обеспечение.....	10

1.ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Адаптированная основная образовательная программа подготовки специалистов среднего звена по специальности 09.02.03. «Программирование в компьютерных системах»

Адаптированная основная образовательная программа подготовки специалистов среднего звена (далее АООП ПССЗ) по специальности 09.02.03. «Программирование в компьютерных системах» представляет собой комплект документов, разработанный и утвержденный техникумом с учетом требований регионального рынка труда на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (ФГОС СПО), с учетом рекомендаций примерной основной образовательной программы, с учетом индивидуальной программы реабилитации ребенка – инвалида.

АООП ПССЗ по специальности 09.02.03. «Программирование в компьютерных системах» предполагает интегрированное (инклюзивное) обучение, т.е. обучающийся (инвалид) с нарушением опорно-двигательного аппарата (далее НОДА) может осуществлять обучение в едином потоке со сверстниками, не имеющими таких ограничений.

На основании психолого-медико-педагогической комиссии об установлении инвалидности (№ 0902868 от 03.02.2015г. до 24.02.2019г.) и индивидуальной программы реабилитации (№ 170.28.66/2017), составлена таблица на предмет потенциальности обучения ребенка-инвалида по программе 09.02.03 «Программирование в компьютерных системах».

Показания к проведению реабилитационных мероприятий:	
способность к самообслуживанию	имеет первую степень ограничения
способность к передвижению	имеет первую степень ограничения
Мероприятия психолога-педагогической реабилитации:	
в рекомендациях по условиям организации обучения	не нуждается
в профессиональной ориентации, оказываемой в образовательной организации	нуждается
в психологической помощи, оказываемой в образовательной организации	нуждается
Мероприятия профессиональной реабилитации:	
рекомендации по условиям организации обучения	не нуждается
Физкультурно-оздоровительные мероприятия, занятия спортом:	
заключение о необходимости проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий, занятий спортом	не нуждается
Технические средства реабилитации, предоставляемые ребенку – инвалиду:	
перечень ТСР и услуг по реабилитации	Обувь ортопедическая сложная без утепленной подкладки: 2 пары

Анализ содержания данной таблицы показывает, что противопоказаний к обучению у ребенка-инвалида отсутствуют.

АООП ПССЗ по специальности 09.02.03. «Программирование в компьютерных

системах» регламентирует комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты), организационно-педагогических условий и технологий реализации образовательного процесса, оценку качества подготовки выпускника по данной специальности и включает в себя: учебный план, календарный учебный график, рабочие программы учебных дисциплин, профессиональных модулей, программы учебной и производственной практик и другие материалы, обеспечивающие качество подготовки обучающихся, а также оценочные и методические материалы.

1.2. Нормативные документы для разработки программы подготовки специалистов среднего звена.

Нормативно-правовую основу разработки АООП ПССЗ по специальности 09.02.03. «Программирование в компьютерных системах» составляют:

1. Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 09.02.03 «Программирование в компьютерных системах», утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «28» июля 2014 г. № 804.
3. Устав ГАПОУ СО «КУАТ».
4. Рекомендации по реализации образовательной программы среднего (полного) общего образования в образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования в соответствии с Федеральным базисным учебным планом и примерными учебными планами для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования (письмо Минобрнауки России от 29.05.2007 г. № 03-1180).
5. Приказ Министерства образования и науки РФ от 14 апреля 2013 г. №291 «Об утверждении Положения о практике обучающихся, осваивающих основные профессиональные образовательные программы среднего профессионального образования».
6. Письмо №12–696 «О разъяснениях по формированию учебного плана ОПОП НПО и СПО».
7. Приказ Минобрнауки России от 29.10.2013 N 1199 «Об утверждении перечней профессий и специальностей среднего профессионального образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 26.12.2013 N 30861).
8. Разъяснения по формированию примерных основных образовательных программ НПО и СПО (письмо Департамента государственной политики в сфере образования МОиН РФ «О разработке примерных основных образовательных программ профессионального образования» от 28.12.09 № 03-2672).
9. Минобрнауки России от 12.02.2016 № ВК-270/07 «Об обеспечении условий доступности для инвалидов объектов и услуг в сфере образования»;
10. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 годы, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 792-р.
11. Положение «Об организации и осуществлении инклюзивного образования, в Государственном автономном профессиональном образовательном учреждении Свердловской области «Каменск -Уральский агропромышленный техникум», приказ № 325-од от 04.08.2016г.

В настоящей АООП ПССЗ используются следующие сокращения:

НОДА – нарушение опорно-двигательного аппарата;

СПО - среднее профессиональное образование;
ФГОС СПО - федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования;
ППССЗ - программа подготовки специалистов среднего звена;
ОК - общая компетенция;
ПК - профессиональная компетенция;
ПМ - профессиональный модуль;
МДК - междисциплинарный курс.

1.3. Срок получения СПО по АООП ПССЗ

Срок получения СПО по специальности 09.02.03 «Программирование в компьютерных системах» при очной форме обучения составляет:

– на базе основного общего образования 3 г. 10 мес.

Уровень освоения: технический

2. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫПУСКНИКОВ

2.1. Область профессиональной деятельности выпускников

Область профессиональной деятельности выпускников по специальности 09.02.03 «Программирование в компьютерных системах»: совокупность методов и средств для разработки, сопровождения и эксплуатации программного обеспечения компьютерных систем.

2.2. Объекты профессиональной деятельности выпускника

Объектами профессиональной деятельности выпускников являются:

- компьютерные системы;
- автоматизированные системы обработки информации и управления;
- программное обеспечение компьютерных систем (программы, программные комплексы и системы);
- математическое, информационное, техническое, эргономическое, организационное и правовое обеспечение компьютерных систем;
- первичные трудовые коллективы.

2.3. Виды профессиональной деятельности выпускника

Техник – программист готовится к следующим видам деятельности:

- разработка программных модулей программного обеспечения компьютерных систем;
 - разработка и администрирование баз данных;
 - участие в интеграции программных модулей;
- выполнение работ по профессии 14995 «Наладчик технологического оборудования».

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ

СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА

3.1. Общие компетенции

Техник – программист должен обладать следующими общими компетенциями (ОК), включающими в себя способность:

Код	Наименование
-----	--------------

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 05. Использовать информационно – коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 06. Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 07. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.

ОК 08. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 09. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

3.2. Профессиональные компетенции

Техник – программист должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК), соответствующими основным видам профессиональной деятельности (ВПД):

Код	Наименование
-----	--------------

ВПД 1 Разработка программных модулей программного обеспечения компьютерных систем

ПК 1.1. Выполнять разработку спецификаций отдельных компонент.

ПК 1.2. Осуществлять разработку кода программного продукта на основе готовых спецификаций на уровне модуля.

ПК 1.3. Выполнять отладку программных модулей с использованием специализированных программных средств.

ПК 1.4. Выполнять тестирование программных модулей.

ПК 1.5. Осуществлять оптимизацию программного кода модуля.

ПК 1.6. Разрабатывать компоненты проектной и технической документации с использованием графических языков спецификаций.

ВПД 2. Разработка и администрирование баз данных

ПК 2.1. Разрабатывать объекты базы данных.

ПК 2.2. Реализовывать базу данных в конкретной СУБД.

ПК 2.3. Решать вопросы администрирования баз данных.

ПК 2.4. Реализовывать методы и технологии защиты информации в базах данных.

ВПД 3. Участие в интеграции программных модулей

ПК 3.1. Анализировать проектную и техническую документацию на уровне взаимодействия компонент программного обеспечения.

ПК 3.2. Выполнять интеграцию модулей в программную систему.

ПК 3.3. Выполнять отладку программного продукта с использованием специализированных программных средств.

ПК 3.4. Осуществлять разработку тестовых наборов и тестовых сценариев.

ПК 3.5. Производить инспектирование компонент программного продукта на предмет соответствия стандартам кодирования.

ПК 3.6. Разрабатывать технологическую документацию.

ВДП 4. Выполнение работ по профессии «Оператор электронно – вычислительных машин»

ПК 4.1. Подготавливать к работе, настраивать и обслуживать аппаратное обеспечение и операционную систему персонального компьютера.

ПК 4.2. Подготавливать к работе, настраивать и обслуживать периферийные устройства персонального компьютера и компьютерную оргтехнику.

ПК 4.3. Осуществлять ввод и обмен данными между персональным компьютером и периферийными устройствами и ресурсами локальных компьютерных сетей.

ПК 4.4. Создавать и управлять на персональном компьютере текстовыми документами, таблицами, презентациями и содержанием баз данных.

ПК 4.5. Осуществлять навигацию по ресурсам, поиск, ввод и передачу данных с помощью технологий и сервисов Интернета.

ПК 4.6. Создавать и обрабатывать цифровые изображения и объекты мультимедиа.

ПК 4.7. Обеспечивать меры по информационной безопасности.

4. ДОКУМЕНТЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ СОДЕРЖАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

В соответствии со Статьей 2 Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» содержание и организация образовательного процесса при реализации данной АООП ПССЗ регламентируется учебным планом, календарным учебным графиком, рабочими программами учебных дисциплин (модулей), программами учебных и производственных практик, другими материалами, обеспечивающими качество подготовки и воспитания обучающихся, а также оценочными и методическими материалами.

4.1. Учебный план и календарный учебный график

Учебный план разработан на основе базисного учебного плана, приведенного в примерной ООП.

4.2. Рабочие программы дисциплин общеобразовательного цикла.

4.2.1. Рабочие программы по физической культуре, адаптированная (Приложение № 1)

4.3. Рабочие программы дисциплин гуманитарного и социально – экономического учебного цикла.

4.4. Рабочие программы дисциплин математического и общего естественнонаучного учебного цикла

4.5. Рабочие программы общепрофессиональных дисциплин

4.6. Рабочие программы профессиональных модулей

В соответствии с ФГОС СПО по специальности 09.02.03 «Программирование в компьютерные системы» практика является обязательным разделом АООП ПССЗ. Она представляет собой вид учебной деятельности, направленной на формирование, закрепление, развитие практических навыков и компетенции в процессе выполнения определенных видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью. При реализации АООП ПССЗ предусматриваются следующие виды практик: учебная и производственная.

Производственная практика состоит из двух этапов: практики по профилю специальности и преддипломной практики.

Учебная практика и производственная практика (по профилю специальности) проводятся при освоении студентами профессиональных компетенций в рамках профессиональных модулей и реализуется концентрированно.

5.ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ ПССЗ

В соответствии с ФГОС СПО по специальности 09.02.03 «Программирование в компьютерных системах» и Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» оценка качества освоения обучающимися основных образовательных программ включает текущий контроль успеваемости, промежуточную и государственную итоговую аттестацию обучающихся.

5.1. Организация текущего контроля успеваемости

Текущий контроль представляет собой проверку усвоения учебного материала, регулярно осуществляемую на протяжении семестра. К формам текущего контроля относятся: тест, проверка контрольных работ, рефератов, эссе и иных творческих работ, опрос студентов на учебных занятиях, отчеты студентов по лабораторным работам, проверка расчетно-графических работ и др.

Текущий контроль проводится преподавателем с целью оценки качества освоения обучающимися дисциплины, междисциплинарного курса (МДК), мониторинга формирования общих и профессиональных компетенций, а также стимулирования учебной работы студентов на протяжении семестра, подготовки к промежуточной аттестации.

Составными элементами текущего контроля являются входной и рубежный контроли.

Входной контроль проводится в начале изучения дисциплины, МДК с целью определения степени готовности обучающегося к восприятию и освоению учебного материала и выстраивания (на основе его результатов) индивидуальной траектории обучения.

Для проведения текущего контроля успеваемости преподавателями ПГУ разработаны комплекты оценочных средств. Комплекты включают: контрольные вопросы и типовые задания для практических занятий, лабораторных и контрольных работ, тесты и компьютерные тестирующие программы, примерную тематику рефератов. Комплекты оценочных средств для проведения текущего контроля приводятся в рабочих программах дисциплин, МДК, учебно-методических комплексах дисциплин, МДК и программах практик.

5.2. Организация промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация осуществляется в конце семестра. Она может завершать как изучение отдельной дисциплины, междисциплинарного курса, профессионального модуля, так и раздела (разделов) дисциплины, МДК. Промежуточная аттестация позволяет оценить совокупность знаний и умений обучающегося, а также уровень сформированности определенных компетенций.

К формам промежуточного контроля относятся: зачет, дифференцированный зачет, экзамен, квалификационный экзамен, защита курсовой работы, отчеты (по практикам). Промежуточная аттестация в форме зачета (дифференцированного зачета) либо экзамена является обязательной по завершении изучения дисциплины / междисциплинарного курса. Обязательной формой промежуточной аттестации по профессиональным модулям является квалификационный экзамен.

Количество экзаменов в учебном году не превышает 8, количество зачетов – не больше 10. В указанное количество не входят зачеты по физической культуре.

Для юношей предусматривается оценка результатов освоения основ военной службы.

Для проведения промежуточной аттестации преподавателями разработаны комплекты оценочных средств, включающие:

- теоретические вопросы и практические задания для проведения зачета / экзамена;
- проблемные и творческие задания, направленные на определение уровня сформированности умений, общих и профессиональных компетенций.

Оценочные средства по профессиональному модулю направлены на проверку умений выполнять определенные операции профессиональной деятельности, т.е. носят практический характер и содержат индивидуальные практические задания.

Комплекты оценочных средств для проведения промежуточной аттестации приводятся в рабочих программах и учебно-методических комплексах дисциплин, МДК, и программах практик.

5.3. Государственная итоговая аттестация выпускников

Государственная итоговая аттестация выпускников является обязательной и осуществляется после освоения АППССЗ по специальности 09.02.03 «Программирование в компьютерных системах» в полном объеме.

Государственная итоговая аттестация включает подготовку и защиту выпускной квалификационной работы:

- дипломной работы – для выпускников, осваивающих программы подготовки специалистов среднего звена.

Выпускная квалификационная работа выполняется в форме дипломной работы.

Выпускная квалификационная работа представляет собой самостоятельно выполненную и логически завершенную письменную работу, посвященную решению задач разработки и внедрения прикладного программного обеспечения.

Тематика выпускных квалификационных работ разрабатывается ведущими преподавателями профессионального цикла с учетом заявок предприятий (организаций).

Время, отводимое на подготовку дипломной работы, определяется учебным планом образовательной программы.

При выполнении выпускной квалификационной работы студент должен показать свою способность и умение, опираясь на полученные знания, умения и сформированные общекультурные и профессиональные компетенции, самостоятельно решать на современном уровне задачи своей профессиональной деятельности, профессионально излагать информацию, аргументировать и защищать свою точку зрения.

По структуре дипломная работа состоит из пояснительной записки, графической части и приложений

В пояснительной записке дается обоснование принятых в дипломной работе решений. В графической части принятое решение представлено в виде схем, графиков, диаграмм.

Объем выпускной квалификационной работы должен составлять не менее 30 и не более

80 страниц печатного текста.

Выполненные выпускные квалификационные работы рецензируются специалистами из числа работников предприятий, учреждений, преподавателей образовательных учреждений, хорошо владеющих вопросами, связанными с темами выпускных квалификационных работ.

6. ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ УСЛОВИЙ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ (ИНВАЛИДОВ) С НАРУШЕНИЕМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

6.1 Кадровое обеспечение

При реализации АООП ПССЗ по специальности 09.02.03 «Программирование в компьютерных системах» в техникуме штатным расписанием предусмотрены должности специалистов психолого-педагогического сопровождения: педагог – психолог, социальный педагог, преподаватели соответствующей направленности.

Педагог-психолог на основе собственно психологических результатов диагностики и заключения психолого-медико-педагогической комиссии совместно с педагогами и медицинским работником:

- устанавливает актуальный уровень когнитивного развития обучающегося, определяет зону ближайшего развития;
- выявляет особенности эмоционально-волевой сферы, личностные особенности обучающегося с различными формами умственной отсталости, характер взаимодействия со сверстниками, родителями и другими взрослыми;
- помогает педагогам и другим специалистам наладить конструктивное взаимодействие как с родителями обучающегося, так и с самим обучающимся;
- повышает психологическую компетентность педагогов, а также родителей;
- проводит консультирование педагогов, родителей и обучающихся;
- совместно с социальным педагогом и администрацией техникума проводит работу по профилактике и преодолению конфликтных ситуаций.

Основными задачами педагога-психолога в техникуме являются:

- консультирование педагогов о тех или иных особенностях и причинах поведения обучающегося с различными формами умственной отсталости;
- помощь в подборе тех или иных форм, приемов взаимодействия с ними;
- отслеживание динамики адаптации обучающегося в социуме;
- раннее выявление тех или иных затруднений как у обучающегося и его родителей, так и у педагогов группы.

Социальный педагог — основной специалист, осуществляющий контроль за соблюдением прав любого обучающегося в техникуме. На основе социально-педагогической диагностики социальный педагог выявляет потребности обучающегося и его семьи в сфере социальной поддержки, определяет направления помощи в адаптации в техникуме. Социальный педагог формирует всю возможную информацию о «внешних» ресурсах для педагогического состава техникума, устанавливает взаимодействие с учреждениями — партнерами в области социальной поддержки (Служба социальной защиты населения, органы опеки и др.), общественными организациями, защищающими права детей, права инвалидов.

Важная сфера деятельности социального педагога — помощь родителям обучающегося с ОВЗ в техникуме.

Преподаватель, осуществляющий образовательный процесс должен знать:

- программно-нормативные документы регламентирующие профессиональную

деятельность педагога и основные положения в части вопросов здравоохранения, образования инвалидов;

- специфику развития интересов и потребностей, обучающихся (инвалидов) с нарушением опорно-двигательного аппарата;
- правила и нормы охраны труда, техники безопасности, санитарии и противопожарной защиты в процессе учебных занятий;
- возрастную и специальную педагогику и психологию, физиологию и гигиену;
- тенденцию возможного развития межличностных конфликтных ситуаций.

Преподаватель физической культуры, осуществляющий образовательный процесс, должен иметь представление:

- о теории и методике адаптивной физической культуры;
- об основах комплексной (медицинской, профессиональной и социальной) реабилитации инвалидов;
- о средствах и методах физической культуры, способах организации занятий физическими упражнениями при различных нарушениях функций организма;
 - о показаниях и противопоказаниях к проведению занятий по адаптивной физической культуре.

Преподаватель физической культуры должен уметь:

- анализировать индивидуальную программу реабилитации и исходные данные физической подготовленности занимающегося, с учетом основного дефекта и психофизического состояния занимающегося, составлять план и подбирать наиболее эффективные методики проведения занятий;
- осуществлять поэтапный контроль подготовленности занимающегося и на его основе коррекцию этого процесса.

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

Теоретическая часть направлена на формирование у обучающихся (инвалидов) с НОДА мировоззренческой системы научно-практических основ физической культуры, осознание студентами значения здорового образа жизни, двигательной активности.

Практическая часть предусматривает организацию учебно-методических и учебно-тренировочных занятий.

Содержание учебно-методических занятий обеспечивает:

- формирование у обучающихся (инвалидов) с НОДА установки на психическое и физическое здоровье;
- освоение методов профилактики профессиональных заболеваний; овладение приемами массажа и самомассажа, психорегулирующими упражнениями;
- знакомство с тестами, позволяющими самостоятельно анализировать состояние здоровья.

На учебно-методических занятиях преподаватель проводит консультации, на которых по результатам тестирования помогает определить оздоровительную и профессиональную направленность индивидуальной двигательной нагрузки с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья. На учебно – методических занятиях преподаватель проводит консультации, на которых по результатам тестирования помогает определить оздоровительную и профессиональную направленность индивидуальной двигательной нагрузки с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

Занятия обучающихся (инвалидов) с НОДА нацелены на устранение функциональных

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

МИНИСТЕРСТВО ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«КАМЕНСК-УРАЛЬСКИЙ АГРОПРОМЫШЛЕННЫЙ ТЕХНИКУМ»



УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора ГАПОУ СО
«Каменск-Уральский
агропромышленный техникум»

Некрасов С.И.
Пр № 91/1- уч от 31.08.2017г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОУД. 05. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, АДАПТИРОВАННАЯ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ИНВАЛИДОВ С НОДА**

По программе подготовки
специалистов среднего звена:
**09.02.03. «Программирование в
компьютерных системах»**
Форма обучения: очная
Срок обучения: 3 года 10 мес.
Планируемый уровень квалификации:
специалист

Каменск-Уральский, 2017

Рабочая программа учебной дисциплины ОУД. 05. «Физическая культура», адаптированная для обучающихся инвалидов с НОДА разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее – СПО), входящей в состав укрупненной группы специальностей 09.00.00. «Информатика и вычислительная техника» по направлению подготовки 09.02.03. «Программирование в компьютерных системах».

Организация-разработчик:

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Свердловской области «Каменск-Уральский агропромышленный техникум».

Разработчик:

Липина Елена Викторовна, преподаватель

Забродина Людмила Александровна, методист

,

Рецензент:

Некрасова Юлия Александровна, заместитель директора по НМР, ГАПОУ СО «КУАТ»

Фамилия, Имя, Отчество,

должность,

место работы

Согласовано на заседании П(Ц)К, протокол № 1, от «28» августа 2017г.

Председатель _____ / Л.А.Забродина/

Согласовано на заседании НМС, протокол №1, от «31» августа 2017г.

Председатель _____ / Ю.А.Некрасова/

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	4
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД. 05. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, АДАПТИРОВАННАЯ.....	4
1.1. Область применения программы.....	4
Место учебной дисциплины в структуре программы квалифицированных рабочих, служащих 09.02.03. «Программирование в компьютерных системах.....	5
1.2. Цели и задачи учебной дисциплины- требования к результатам освоения учебной деятельности.....	5
1.3. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины.....	6
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	7
2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.....	7
3. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	8
3.1. Характеристика основных видов учебной деятельности.....	14
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	16
4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.....	16
4.2. Информационное обеспечение обучения.....	17
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	18

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебной дисциплины ОУД. 05. «Физическая культура», адаптированная разработана для обучающихся инвалидов с НОДА (ДЦП правосторонний гемипарез), освобожденных от физической нагрузки по медицинским показаниям.

Адаптированная физическая культура является важнейшим компонентом всей системы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Всех ее видов и форм. Она со всей очевидностью присутствует во всех сферах жизнедеятельности человека и поэтому составляет фундамент, основу социально-трудовой, и социально-культурной реабилитации; выступает в качестве важнейших средств и методов медицинской, технической, психологической, педагогической реабилитации.

Рабочая программа учебной дисциплины ОУД. 05. «Физическая культура», адаптированная, разработана с учетом Методических рекомендаций по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.04 2015 г.

Содержание рабочей программы учебной дисциплины ОУД. 05. «Физическая культура», адаптированной направлено на достижение следующих целей:

- 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.

1. ПАСПОРТ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД. 05. «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»,

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины ОУД. 05. «Физическая культура», адаптированная является частью адаптированной основной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 09.02.03. «Программирование в компьютерных системах»

Рабочая программа учебной дисциплины ОУД. 05. «Физическая культура», адаптированная учитывает возможность реализации учебного материала и создания специальных условий (часть 10 статьи 79 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации») для обучающихся с инвалидностью ДЦП (правосторонний гемипарез) на всех этапах освоения УД с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 09.02.03. «Программирование в компьютерных системах».

Учебная дисциплина изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ПССЗ на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

Рабочая программа учебной дисциплины ОУД. 05. «Физическая культура», адаптированная, предназначена для организации занятий по физической культуре обучающихся с НОДА в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения образовательной программы СПО.

Образовательный процесс обучающихся с НОДА может осуществляться в едином потоке со сверстниками, не имеющими таких ограничений.

Содержание рабочей программы учебной дисциплины ОУД. 05. «Физическая культура», адаптированной для обучающихся с НОДА направлено на укрепление здоровья, повышение физического потенциала, работоспособности обучающихся с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

Реализация содержания рабочей программы учебной дисциплины ОУД. 06. «Физическая культура», адаптированной в преемственности с другими дисциплинами способствует воспитанию, социализации и самоидентификации обучающихся посредством лично и общественно значимой деятельности, становлению целесообразного здорового образа жизни. Методологической основой организации занятий по физической культуре обучающихся с НОДА является системно - деятельностный подход, который обеспечивает построение образовательного процесса с учетом индивидуальных, возрастных, психологических, физиологических особенностей и качества здоровья обучающихся.

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

- формирование осознанного отношения к своим силам в сравнении с силами среднестатистического здорового человека;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания;
- освоение знаний о ценностях физической культуры и о влиянии занятий физической культурой на формирование здорового образа жизни;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Основу программы составляет содержание, согласованное с требованиями федерального компонента государственного стандарта среднего (полного) общего образования базового уровня.

Рабочая программа учебной дисциплины ОУД. 05. «Физическая культура», адаптированная направлена на освоение знаний в области физической культуры и спорта, на формирование у обучающихся – инвалидов с НОДА жизненных, социальных и профессиональных мотиваций.

В результате освоения учебной дисциплины адаптационного курса обучающийся с НОДА **должен уметь использовать приобретенные знания в практической деятельности и повседневной жизни** для:

- повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;
- организации и проведения индивидуального отдыха;
- активной творческой деятельности, выбора и формирования здорового образа жизни

знать:

- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний, вредных привычек и увеличение продолжительности жизни;
- основы здорового образа жизни;
- способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности.

В процессе освоения должны быть сформированы общие и профессиональные компетенции:

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

1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины ОУД. 05 «Физическая культура», адаптированной:

- Максимальная учебная нагрузка – 257 час, в том числе:
- обязательная аудиторная учебная нагрузка - 171 часов;
- самостоятельная работа – 86 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	257
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	171
в т.ч. практическая работа	28
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	86
Итоговая аттестация проводится в форме дифференцированного зачета	4

3. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	
Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО	Введение	8	
	Содержание учебного материала (теоретическая часть):	2	
	1. Современное состояние физической культуры и спорта; физическая культура и личность профессионала; оздоровительные системы физического воспитания; требования к технике безопасности при занятиях физическими упражнениями	1	3
	2. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО).	1	3
	Самостоятельная работа по разделу «Введение»:	6	
	1. Подготовить сообщение «История физкультурно-спортивного комплекса ГТО».	6	3
Раздел 1. Легкая атлетика		110	
Тема 1.1. Техника беговых упражнений	Содержание учебного материала (теоретическая часть):	4	
	1. Техника безопасности при выполнении беговых упражнений. Прыжки в длину с места с разбега. Прыжки в высоту.	2	2
	2. Развитие скоростно-силовых возможностей. Развитие выносливости и координационных возможностей.	2	2
	Тематика практического занятия:	4	
	1. Метание гранаты весом 700г.	4	3
	Самостоятельная работа по разделу 1:	2	
	1. Метание гранаты весом 700г.	2	3
Раздел 2. Гимнастика		47	
Тема 2.1. Общеразвивающие упражнения без	Содержание учебного материала (теоретическая часть):	4	
	1. Совершенствование опорных прыжков; совершенствование акробатических упражнений; развитие координационных способностей.	4	2

предметов	Тематика практического занятия:		4	
		Совершенствование строевых упражнений; совершенствование общеразвивающих упражнений без предмета; совершенствование общеразвивающих упражнений с предметами (с учетом заболевания).	2	3
		Развитие силовых способностей и силовой выносливости; развитие скоростно-силовых способностей; развитие гибкости (с учетом заболевания).	2	3
Тема 2.2. Освоение техники ОРУ с предметами	Содержание учебного материала(теоретическая часть):		4	
	1.	Упражнения с набивными мячами.	2	2
	2.	Упражнения с мячом, обручем.	2	2
	Тематика практического занятия:		4	
	1.	Упражнения с набивными мячами (с учетом заболевания).	2	3
	2.	Упражнения с мячом, обручем (с учетом заболевания).	2	3
Тема 2.3 Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний	Содержание учебного материала (теоретическая часть):		6	
	1.	Упражнения в чередовании напряжения с расслаблением; упражнения на внимание, для коррекции зрения.	2	2
	2.	Упражнения для коррекции нарушений осанки.	2	2
	3.	Упражнения у гимнастической стенки, на гимнастической скамейке; комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики.	2	2
	Тематика практического занятия:		6	
	1.	Упражнения в чередовании напряжения с расслаблением; упражнения на внимание, для коррекции зрения (с учетом заболевания).	2	3
	2.	Упражнения для коррекции нарушений осанки (с учетом заболевания).	2	3
	3.	Упражнения у гимнастической стенки, на гимнастической скамейке; комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики (с учетом заболевания).	2	3
	Самостоятельная работа обучающихся по разделу 2:		19	
	1.	Комплекс восстановительных процедур (сауна, массаж, бассейн). Упражнения на расслабление.	4	3
	2.	Развитие силовых способностей и силовой выносливости; развитие скоростно-силовых способностей; развитие гибкости (с учетом заболевания).	3	3
	3.	Упражнения с набивными мячами, с мячом и обручем.	3	3
	4.	Составить программу тренировок с использованием гимнастических снарядов, с учетом заболевания.	3	3

	5.	Подготовка реферата «Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний»	3	3
	6.	Составление комплекса упражнений производственной гимнастики, с учетом заболевания.	3	3
Раздел 3. Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья			10	
Тема 3.1 Здоровье человека, его ценность и значимость для профессионала	Содержание учебного материала (теоретическая часть) :		4	
	1.	Влияние экологических факторов на здоровье человека; о вреде и профилактике курения, алкоголизма, наркомании; влияние наследственных заболеваний в формировании здорового образа жизни.	2	2
	2.	Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств физической культуры для их направленной коррекции; использование методов самоконтроля, стандартов, индексов; здоровьесберегающие технологии при работе за компьютером.	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся по разделу 3:		6	
	1.	Подготовка сообщения «Современные здоровьесберегающие технологии».	6	3
Раздел. 4 Спортивные игры			94	
Тема 4.1. Волейбол	Содержание учебного материала (теоретическая часть):		16	
	1.	Техника безопасности игры; стойка игрока, перемещения, элементы техники передвижений, остановок, поворотов.	4	2
	2.	Передача, подача, нападающему удару, прием мяча снизу двумя руками; прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро и спину.	4	2
	3.	Прием мяча одной рукой; блокирование, тактика нападения, тактика защиты.	4	2
	4.	Правила игры, игра по упрощенным правилам волейбола.	4	2
Тема 4.2. Баскетбол	Содержание учебного материала (теоретическая часть):		31	
	1.	Техника безопасности игры; стойка игрока, ловля и передача мяча; ведение, бросок мяча в корзину (с места, в движении, прыжком).	10	2
	2.	Вырывание и выбивание (приемы овладения мячом); приемы техники защиты — перехвата, приемам применяемым против броска, накрывание; тактика нападения, тактика защиты.	9	2
	3.	Правила игры.	12	2
Тема 4.3. Футбол	Содержание учебного материала(теоретическая часть):		24	
	1.	Техника безопасности игры; правила игры, жесты судьи; способы передачи мяча; техника передвижений, остановки, поворота, стоек.	4	2
	2.	Техника удара по мячу и остановок мяча.	3	2

	3.	Техника ведения мяча.	3	2
	4.	Техника защитных действий и нападения.	4	2
	5.	Тактика игры.	3	2
	6.	Овладение игрой и комплексным развитием психомоторных способностей.	3	2
	7.	Игровые комбинации.	4	2
	Самостоятельная работа обучающихся по разделу 4:		19	
	1.	Подготовка презентации с использованием ИКТ «Правила игры волейбол».	6	3
	2.	Подготовка доклада «Правила игры баскетбол».	7	3
	3.	Подготовка реферата «Правила игры футбол»	6	3
Раздел 5. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями			18	
Тема 5.1. Методика самостоятельных занятий физ. упражнениями	Содержание учебного материала (теоретическая часть):		16	
	1.	Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий, их формы и содержание; организация занятий физическими упражнениями различной направленности.	4	2
	2.	Особенности самостоятельных занятий для девушек; основные принципы построения самостоятельных занятий и их гигиена.	4	2
	3.	Коррекция фигуры; основные признаки утомления; факторы регуляции нагрузки.	4	2
	4.	Закаливание.	4	2
	Самостоятельная работа обучающихся по разделу 5:		2	
	1.	Освоение физических упражнений различной направленности для самостоятельных занятий с предоставлением фото отчета.	2	3
Раздел 6. Лыжная подготовка			14	
	Содержание учебного материала (теоретическая часть):		8	
Тема 6.1. Лыжная подготовка	1.	Техника безопасности лыжной подготовки.	4	2
	2.	Правила ходьбы на лыжах.	4	2
	Самостоятельная работа обучающихся по разделу 6:			
	Составление реферата: «Зачем нам нужна лыжная подготовка?».		6	3
Раздел 7 Работа с эспандерами, гантелями			16	
7.1. Тема Работа с эспандерами, гантелями.	Содержание учебного материала (теоретическая часть):		4	
	1.	Техника безопасности занятий.	4	2
	Тематика практического занятия:		4	

	1.	Круговые тренировки для развития силы основных мышечных групп с эспандерами, гантелями	4	3
	Самостоятельная работа обучающихся по разделу 7:		8	
	1.	Самостоятельные тренировки с эспандерами, амортизаторами из резины, гантелями с учетом заболевания.	4	3
	2.	Разработка комплекса упражнений для развития силы основных мышечных групп с эспандерами, гантелями с учетом заболевания.	4	3
Раздел. 8 Психофизиологические основы учебного и производственного труда. Средства физической культуры в регулировании работоспособности			14	
Тема 8.1. Оздоровительные и профилированные методы в профессиональной деятельности специалиста	Содержание учебного материала (теоретическая часть):		8	
	1.	Психофизиологическая характеристика будущей производственной деятельности и учебного труда обучающихся профессиональных образовательных организаций; динамика работоспособности в учебном году и факторы, ее определяющие.	4	2
	2.	Основные причины общего состояния обучающихся в период экзаменационной сессии; критерии нервно-эмоционального, психофизического утомления; методы повышения эффективности производственного и учебного труда; значение мышечной релаксации; аутотренинг и его использования для повышения работоспособности.	4	2
	Самостоятельная работа обучающихся по разделу 8:		6	
	1.	Составление реферата «Оздоровительные и профилированные методы в профессиональной деятельности специалиста»	6	3
Раздел 9. Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки			12	
Тема 9.1. Самоконтроль при занятиях физ. упражнениями и спортом	Содержание учебного материала (теоретическая часть):		4	
	1.	Использование методов стандартов, функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, телосложения, физической подготовленности.	4	2
	Тематика практических занятий:		2	
	2.	Методика определения профессионально значимых психофизиологических и двигательных качеств на основе профиограммы специалиста. Спирограмма и профиограмма.	2	3
	Самостоятельная работа обучающихся по разделу 9:		6	
	1.	Составление доклада «Самоконтроль при занятиях физ. упражнениями и спортом»	6	3

Раздел 10. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста		14	
Тема 10.1. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	Содержание учебного материала (теоретическая часть):		4
	1.	Личная и социально-экономическая необходимость специальной адаптивной и психофизической подготовки к труду; оздоровительные и профилированные методы физического воспитания при занятиях различными видами двигательной активности; профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания; тестирование состояния здоровья, двигательных качеств, психофизиологических функций, к которым профессия (специальность) предъявляет повышенные требования.	2 4
	Тематика практических занятий:		4
	1.	Самооценка и анализ выполнения обязательных тестов состояния здоровья и общефизической подготовки. Методика самоконтроля за уровнем развития профессионально значимых качеств и свойств личности. Индивидуальная оздоровительная программа двигательной активности с учетом профессиональной направленности.	3 4
	Самостоятельная работа обучающихся по разделу 9:		6
	1.	Составление презентации «Средства физической культуры в регулировании работоспособности»	3 6
Всего обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося		171	
в т.ч. практическая работа		28	
зачет		4	
Самостоятельная работа обучающихся:		86	
Всего		257	

3.1. Характеристика основных видов учебной деятельности

№ п/п	Содержание обучения	Характеристика основных видов деятельности студентов (на уровне учебных действий)
1	Введение	Умение обосновывать значение физической культуры для формирования личности профессионала, профилактики профзаболеваний. Знание оздоровительных систем физического воспитания. Владение информацией о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе ГТО.
2	Тема 1.1. Техника беговых упражнений	Знание техники беговых упражнений (бега на короткие дистанции), высокого и низкого старта. Стартового разгона, финиширования; бега на 30, 100 м; бега по прямой с различной скоростью.
3	Тема 1.2. Эстафетный бег	Знание техники эстафетного бега 4X100 м, 4 X400 м.
4	Тема 1.3.Техника бега на средние и длинные дистанции	Знание техники бега по прямой с различной скоростью, равномерного бега на дистанцию 2 000 м (девушки).
5	Тема 1.4. Техника прыжка в длину с места, прыжков в высоту	Знание техники прыжка в длину с места, прыжков в высоту (прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжки в высоту способами: «прогнувшись», перешагивания, «ножницы», перекидной).
6	Тема 1.5. Техника метание гранаты	Знание техники метание гранаты весом 500 г (девушки),левой рукой.
7	Тема 2.1.Общеразвивающие упражнения без предметов	Освоение техники общеразвивающих упражнений с учетом заболевания.
8	Тема 2.2. Освоение техники ОРУ с предметами	Освоение техники упражнений с гантелями, набивными мячами, упражнений с мячом, обручем (девушки) с учетом заболевания.
9	Тема 2.3. Упражнения для профилактики Профессиональных заболеваний	Выполнение упражнений для профилактики профессиональных заболеваний (упражнений в чередовании напряжения с расслаблением, упражнений для коррекции нарушений осанки, упражнений на внимание, висов и упоров, упражнений у гимнастической стенки), упражнений для коррекции зрения с учетом заболевания. Выполнение комплексов упражнений вводной и производственной гимнастики.
10	Тема 3.1. Здоровье человека, его ценность и значимость для профессионала	Умение использовать оздоровительные и профилированные методы физического воспитания при занятиях различными видами двигательной активности. Применение средств и методов физического воспитания для профилактики профессиональных заболеваний.
11	Тема 4.1. Волейбол	Знание основных игровых элементов, правил соревнований по волейболу.
13	Тема 5.1. Методика самостоятельных занятий физическими упражнениями	Демонстрация мотивации и стремления к самостоятельным занятиям. Знание форм и содержания физических упражнений. Умение организовывать занятия физическими упражнениями различной направленности с использованием знаний особенностей самостоятельных занятий для юношей и девушек.
14	Тема 6.1. Классический лыжный ход	Знание выполнения перехода с хода на ход в зависимости от условий дистанции и состояния лыжни. Сдача на оценку прохождение дистанции 3 км (девушки). 5 км (юноши). Знание по тактике лыжных гонок: распределении сил, лидировании, обгоне, финишировании и др. Прохождение дистанции до 3 км (девушки) и 5 км (юноши). Знание правил соревнований, техники безопасности при занятиях лыжным спортом. Умение оказывать первую помощь при травмах и обморожениях

15	Тема 7.1. Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах	Соблюдение техники безопасности. Умение выполнять упражнения на тренажерах, с эспандерами, гантелями для развития силовых характеристик движений, с учетом заболевания.
16	Тема 8.1. Оздоровительные и профилированные методы в профессиональной деятельности специалиста	Знание требований, которые предъявляет профессиональная деятельность к личности, ее психофизиологическим возможностям, здоровью и физической подготовленности. Использование знаний динамики работоспособности в учебном году и в период экзаменационной сессии. Умение определять основные критерии нервно-эмоционального, психического и психофизического утомления. Овладение методами повышения эффективности производственного и учебного труда; освоение применения аутотренинга для повышения работоспособности.
17	Тема 9.1. Самоконтроль при занятиях физическими упражнениями и спортом	Самостоятельное использование и оценка показателей функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, физической подготовленности. Внесение коррекций в содержание занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля.
18	Тема 10.1. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	Знание требований, которые предъявляет профессиональная деятельность к личности, ее психофизиологическим возможностям, здоровью и физической подготовленности. Использование знаний динамики работоспособности в учебном году и в период экзаменационной сессии. Умение определять основные критерии нервно-эмоционального, психического и психофизического утомления. Овладение методами повышения эффективности производственного и учебного труда; освоение применения аутотренинга для повышения работоспособности.

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета, спортивного зала.

Оборудование спортивного зала:

Оборудование спортивное:

- комплект для занятий по общей физической подготовке;
- тренажеры и устройства для воспитания и развития физических качеств.

Оборудование для контроля и оценки действий:

- комплект для занятий гимнастикой;
- комплект для занятий легкой атлетикой;
- комплект оборудования для занятий спортивными и подвижными играми.

Вспомогательное оборудование:

- вспомогательное оборудование для оснащения мест хранения спортивного инвентаря и оборудования.

Спортивный инвентарь Гимнастика:

- обруч металлический;
- скакалка гимнастическая;
- маты гимнастические;
- козел гимнастический;
- перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической.

Легкая атлетика:

- граната спортивная 500 г;
- свисток судейский;
- секундомер;
- стойка для прыжков в высоту;
- прыжковая яма;
- стартовые колодки;
- эстафетная палочка.

Баскетбол:

- мяч баскетбольный;
- щит баскетбольный с кольцом и сеткой.

Волейбол:

- мяч волейбольный;
- сетка волейбольная.

Прочие: насос; рулетка; набивные мячи; эспандеры; тренажеры; гантели.

4.2. Информационное обеспечение обучения

Основная учебная литература:

1. Андрюхина, Т.В. Третьякова Н.В. Физическая культура. 10-11 класс: учебник. – Русское слово, 2012.
2. Погадаев, Г.И. Физическая культура. 10-11 класс (базовый уровень): учебник. – Дрофа, 2012.

Дополнительная литература:

1. Барчуков, И.С., Назаров Ю.Н., Егоров С.С. и др. Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей

образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / под ред. В.Я.Кикотя, И.С.Барчукова. — М., 2010.

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / под общ. ред. Г.В.Барчуковой. — М., 2011.

2. Бишаева, А. А. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.

3. Гамидова, С.К. Содержание и направленность физкультурно-оздоровительных занятий. — Смоленск, 2012.

4. Решетников, Н.В., Кислицын Ю.Л., Палтиевич Р.Л., Погадаев Г.И. Физическая культура: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2011.

Интернет-ресурсы:

Электронный адрес	Название сайта
http://lib.sportedu.ru	Электронный каталог центральной отраслевой библиотеки по физической культуре
http://www.edu.ru	Федеральный портал «Российское образование»
http://lib.sportedu.ru/press/tpfk	Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры»
http://www.mifkis.ru	Московский институт физической культуры и спорта
http://www.vniifk.ru	Научно-исследовательский институт физической культуры и спорта
http://mgok.mskobr.ru	ГБПОУ «Московский государственный образовательный комплекс»

5.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

	Результаты обучения (УУД, освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Раздел: Введение Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО.	Л 1-10; М 1-4, 5; П 1-5 Усвоенные знания: - умеет обосновывать значение физической культуры для формирования личности профессионала, профилактики профзаболеваний. - знает оздоровительные системы физического воспитания. Владеет информацией о Всероссийском физкультурно- спортивном комплексе	Текущий контроль в форме: - устного опроса. Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельных работ: - подготовки сообщения.

	ГТО.	
Раздел 1. Легкая атлетика.	Л 1-10; М 1-6; П 1-5 Усвоенные знания: - знает технику бега на короткую, среднюю и длинную дистанцию; - технику высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования; - знает технику выполнения прыжков в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжков в высоту способами: «прогнувшись», перешагивания, «ножницы», перекидной; прыжка в длину с места; - знает технику метания спортивной гранаты; - знает технику эстафетного бега.	Текущий контроль в форме: - устного опроса. Оценка освоенных умений в ходе выполнения практических работ.
Раздел 2. Гимнастика.	Л 1-10; М 1-6; П 1-5 Освоенные умения: - проводит простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления применение средств физической культуры для их направленной коррекции. Использует методы самоконтроля, стандартов, индексов; - выполняет общеразвивающие упражнения, упражнений в паре с партнером; - выполняет упражнения с гантелями, набивными мячами, упражнений с мячом, обручем (девочки); - владеет спортивной терминологией; - выполняет упражнения в чередовании напряжения с расслаблением. Упражнения на внимание, для коррекции зрения; - выполняет упражнения для коррекции нарушений осанки. Упражнения в висе и упоре; - выполняет упражнения у гимнастической стенки, на гимнастической скамейке. Комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики	Текущий контроль в форме: - устного опроса. Оценка освоенных умений в ходе выполнения практических работ. Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельных работ: - подготовки реферата; - составления комплекса упражнений производственной гимнастики; - составления программы тренировок с использованием гимнастических снарядов.
Раздел 3. Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья.	Л 1-10; М 1-6; П 1-5 Освоенные умения: - владеет методикой составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями	. Текущий контроль в форме: - устного опроса. Оценка освоенных знаний в ходе

	гигиенической и профессиональной направленности; методикой активного отдыха в ходе профессиональной деятельности по избранному направлению. Усвоенные знания: - знает понятие здоровье человека, его ценность и значимость для профессионала. Взаимосвязь общей культуры обучающихся и их образа жизни. Современное состояние здоровья молодежи. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни. Двигательная активность; - влияние экологических факторов на здоровье человека. О вреде и профилактике курения, алкоголизма, наркомании. Влияние наследственных заболеваний в формировании здорового образа жизни.	выполнения самостоятельных работ: - подготовки сообщения.
Раздел 4. Спортивные игры	Л 1-10; М 1-6; П 1-5 Усвоенные знания: - знает правила игры в волейбол, баскетбол, футбол; - знает технику действий в защите и нападении; - знает действия игроков в команде; - знает технико-тактические действия; - знает правила игры в баскетбол;	Текущий контроль в форме: - устного опроса. Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельных работ: - подготовки реферата, доклада, презентации.
Раздел 5. Методика самостоятельных занятий физическими упражнениями	Л 1-11; М 1-4, 6; П 1-4 Освоенные умения: - выполняет массаж и самомассаж при физическом и умственном утомлении; - выполняет физические упражнения для профилактики и коррекции нарушения опорно-двигательного аппарата; - осуществляет профилактику профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания; - выполняет физические упражнения для коррекции зрения. Усвоенные знания: - знает организацию занятий физическими упражнениями различной	Текущий контроль в форме: - устного опроса. Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельных работ - подготовки фотоотчета.

	направленности. Особенности самостоятельных занятий для юношей и девушек. Основные принципы построения самостоятельных занятий и их гигиена; - знает основные признаки утомления. Факторы регуляции нагрузки. Тесты для определения оптимальной индивидуальной нагрузки. Сенситивность в развитии профилирующих двигательных качеств.	
Раздел 6. Лыжная подготовка	Л 1-10; М 1-6; П 1-5 Усвоенные знания: - знает технику безопасности при занятиях лыжным спортом; - знает правила оказания первой помощи при травмах и обморожениях; - знает технику перехода с одновременных лыжных ходов на попеременные; - владеет элементами тактики лыжных гонок: распределение сил, лидирование, обгон, финиширование и др.	Текущий контроль в форме: - устного опроса. Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельных работ: - составление реферата.
Раздел 7. Работа с эспандерами, гантелями	Л 1-10; М 1-6; П 1-5 Освоенные умения: - соблюдает технику безопасности, - выполняет индивидуально подобранные композиции; - составляет, выполняет комплексы силовых упражнений с эспандерами, гантелями левой рукой. Усвоенные знания: - знает правила техники безопасности при выполнении	Текущий контроль в форме: - устного опроса. Оценка освоенных умений в ходе выполнения самостоятельных работ
Раздел 8. Психофизиологические основы учебного и производственного труда.	Л 1-10; М 1-4, 6; П 1-4 Усвоенные знания: - знает психофизиологическую характеристику будущей производственной деятельности и учебного труда студентов профессиональных образовательных организаций. Динамика работоспособности в учебном году и факторы, ее определяющие - знает основные причины изменения общего состояния студентов в период экзаменационной сессии. Критерии нервно-эмоционального, психического психофизического утомления. Методы повышения эффективности	Текущий контроль в форме: - устного опроса. Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельных работ: - составление реферата.

	производственного и учебного труда. Значение мышечной релаксации. Аутотренинг и его использование для повышения работоспособности.	
Раздел 9. Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки	Л 1-10; М 1-6; П 1-5 Освоенные умения: - выполняет методику определения профессионально значимых психофизиологических и двигательных качеств на основе профессиограммы специалиста; - составляет спортограмму и профессиограмму. Усвоенные знания: - владеет информацией по использованию методов стандартов, антропометрических индексов, номограмм, функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, физической подготовленности. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля.	Текущий контроль в форме: - устного опроса. Оценка освоенных знаний в ходе выполнения практических работ. Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельных работ: составление доклада.
Раздел 10. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста	Л 1-10; М 1-6; П 1-5 Освоенные умения: - выполняет методику определения профессионально значимых психофизиологических и двигательных качеств на основе профессиограммы специалиста; - составляет спортограмму и профессиограмму. Усвоенные знания: - владеет информацией по использованию методов стандартов, антропометрических индексов, номограмм, функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, физической подготовленности. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля.	Текущий контроль в форме: - устного опроса. Оценка освоенных знаний в ходе выполнения практических работ. Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельных работ: составление презентации.

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений	
	балл (отметка)	вербальный аналог
90 ÷ 100	5	отлично
80 ÷ 89	4	хорошо
70 ÷ 79	3	удовлетворительно
менее 70	2	не удовлетворительно

