

**Министерство сельского хозяйства Российской Федерации**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ**  
**УНИВЕРСИТЕТ**  
**ИМЕНИ ИМПЕРАТОРА ПЕТРА I»**

**АДАПТАЦИОННАЯ**  
**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по дисциплине СОО.01.10 «Физкультура»  
(для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся по  
адаптированным ОП ПССЗ)

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

Уровень образования – среднее профессиональное образование  
Уровень подготовки по ППССЗ - базовый  
Форма обучения - очная

Воронеж 2022

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура» разработана на основе:  
Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 16.04.2022) «Об образовании в Российской Федерации»;

Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (утверждён Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 4130, ред. от 12.08.2022);

Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) среднего профессионального образования по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 05.02.2018 г. № 69;

Примерной рабочей программы среднего общего образования «Физическая культура» (базовый уровень)

Примерной программы воспитания (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 02.06.2020 № 2/20).

**Составитель:**

**Поваляева Т.В.**

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании предметной (цикловой) комиссии (протокол №2 от 29.09.2022 г.)

**Председатель предметной (цикловой) комиссии**

**Звягина О.В.**

**Заведующий отделением СПО**

**Горланов С.А.**

**Рецензент рабочей программы:** главный бухгалтер ООО «ЖБИ-Капстрой» Гаврилова О.В.

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## СОО 01.10. Физическая культура

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины СОО.01.10. «Физическая культура» является частью программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

### 1.2. Место учебной дисциплины в структуре ОПССЗ

Дисциплина СОО.01.10 «Физическая культура» является учебной дисциплиной обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования и базовой дисциплиной общеобразовательного цикла учебного плана СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППССЗ) и реализуется в I и во II семестрах при сроке получения среднего профессионального образования 2 года 10 месяцев.

### 1.3. Цели и задачи дисциплины, планируемые результаты освоения учебной дисциплины:

Содержание дисциплины СОО.01.10 «Физическая культура» 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.

**Задачи** изучения дисциплины:

- изучить социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- сформировать мотивационно-ценностные отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечить общую и профессионально-прикладную физическую подготовленность, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;

- приобрести опыт творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

#### **Планируемые личностные результаты освоения учебной дисциплины:**

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;
- сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья;
- приобретение личного опыта творческого использования профессионально оздоровительных средств и методов двигательной активности;
- формирование личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок, системы значимых социальных и межличностных отношений, личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной, практике;
- готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;
- способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры;
- способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности;
- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивнооздоровительной деятельностью; - умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
- патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной;
- готовность к служению Отечеству, его защите.

#### **Планируемые метапредметные результаты освоения учебной дисциплины:**

- способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;
- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников;

- формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;
- умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, норм информационной безопасности.

#### **Планируемые предметные результаты освоения учебной дисциплины:**

##### **знать/ понимать:**

- правила и навыки поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;
- основы здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни, понимание рисков и угроз современного мира.

##### **уметь:**

- сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях, а также навыками оказания первой помощи пострадавшим;
- действовать индивидуально и в группе в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);

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

- укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
- самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- использования физических упражнений разной функциональной направленности в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
- использования технических приемов и двигательных действий базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.
- укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
- самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- использования физических упражнений разной функциональной направленности в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

#### **1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины**

Учебная нагрузка (всего) 117 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося - 117 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работе

Вид учебных занятий	Объем часов		
	<i>семестр</i>		Итого
	<i>1</i>	<i>2</i>	
<b>Учебная нагрузка (всего)</b>	51	66	117
<b>Обязательная аудиторная нагрузка (всего), в том числе:</b>	51	66	117
- лекции	-	-	-
- практические занятия	51	66	117
<b>Самостоятельная работа</b>	-	-	-
<b>Руководство практикой</b>			
<b>Консультации</b>	-	-	-
<b>Форма промежуточной аттестации по дисциплине:</b>	-	-	-
-зачет			
-дифференцированный зачет			

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины СОО 01.10. Физкультура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, внеаудиторная (самостоятельная) учебная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов
1	2	3
<b>1 семестр</b>		
<b>Раздел I. Легкая атлетика. Кроссовая подготовка.</b>		
<b>Тема 1.1 Техника бега на коротки дистанции</b>	<b>Практическое занятие.</b> Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Техника бега на короткие дистанции (старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование)	6
	<b>Практическое занятие.</b> Техника бега на короткие дистанции. Эстафетный бег.	8
<b>Тема 1.2 Техника прыжка в длину с разбега</b>	<b>Практическое занятие.</b> Основные элементы техники (разбег, отталкивание, полет, приземление)	6
	<b>Практическое занятие.</b> Умение технически грамотно выполнять (на технику): прыжки в длину с разбега. Обучение технике прыжка в длину с разбега	4
<b>Тема 1.3 Метание гранаты</b>	<b>Практическое занятие.</b> Техника безопасности на занятиях. Метания гранаты.	6
	<b>Практическое занятие.</b> Обучение технике метания гранаты по фазам (прямолинейный разбег, бросковые шаги, финальное усилие, полет гранаты)	4
<b>Тема 1.4 Техника бега на средние и длинные дистанции</b>	<b>Практическое занятие.</b> Обучение технике бега на средние дистанции	6
	<b>Практическое занятие.</b> Обучение тактическим действиям в беге на средние дистанции. Обучение технико-тактическим действиям в беге на длинные дистанции	4
<b>Раздел II. Гимнастика</b>		
<b>Тема 2.1 Виды гимнастических упражнений</b>	<b>Практическое занятие.</b> Техника безопасности на занятиях гимнастикой. Обучение строевым и порядковым упражнениям. Комплекс утренней гигиенической гимнастики.	4

	<b>Практическое занятие.</b> Общеразвивающие упражнения, упражнения в паре с партнером, упражнения с гантелями, набивными мячами, упражнения с мячом, обручем (девушки). Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний (упражнения в чередовании напряжения с расслаблением, упражнения для коррекции нарушений осанки, упражнения на внимание, висы и упоры, упражнения у гимнастической стенки). Упражнения для коррекции зрения. Комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики.	3
<b>Всего</b>		<b>51</b>
<b>2 семестр</b>		
<b>Раздел III. Спортивные игры</b>		
<b>Тема 3.1 Волейбол</b>	<b>Практическое занятие.</b> Правила техники безопасности на занятиях волейболом.	6
	<b>Практическое занятие.</b> Основные технические приемы игры	6
<b>Тема 3.2 Баскетбол</b>	<b>Практическое занятие.</b> Правила техники безопасности на занятиях баскетболом.	6
	<b>Практическое занятие.</b> Основные технические приемы игры	6
<b>Тема 3.3. Ручной мяч</b>	<b>Практическое занятие.</b> Правила техники безопасности на занятиях с ручным мячом.	8
	<b>Практическое занятие.</b> Основные технические приемы игры	6
<b>Тема 3.4 Футбол</b>	<b>Практическое занятие.</b> Правила техники безопасности на занятиях футболом.	8
	<b>Практическое занятие.</b> Основные технические приемы игры	6
<b>Раздел IV. Плавание</b>		
<b>Тема 4.1 Техника обучения плаванию</b>	<b>Практическое занятие.</b> Правила техники безопасности на занятиях плаванием. Умение оказывать доврачебную помощь пострадавшему. Обучение технике дыхания в воду. Техника старта.	8
	<b>Практическое занятие.</b> Техника плавания кролем на груди. Специальные плавательные упражнения для изучения кроля на груди.	6
<b>Всего 2 семестр</b>		<b>66</b>
<b>Всего часов</b>		<b>117</b>



### 33. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Использование активных и интерактивных форм проведения занятий

Для подготовки специалистов среднего звена в образовательном процессе широко используются такие формы проведения занятий как:

- мозговой штурм;
- круглый стол;
- семинар;
- разбор конкретных ситуаций;
- компьютерные симуляции;
- деловые и ролевые игры;
- психологические и иные тренинги;
- групповые дискуссии,
- кейс-задание и др.

Применяются следующие современные образовательные технологии:

- технология сотрудничества;
- технология развития критического мышления;
- проблемного и личностно-ориентированного обучения;
- информационные технологии.

Активные и интерактивные формы проведения занятий, используемые в учебном процессе

№ п/п	Вид занятия	Тема занятия	Активный, интерактивный метод
1	Практическое занятие	Основы здорового образа жизни	Групповая дискуссия
2	Практическое занятие	Самоконтроль функционального состояния организма	Групповая дискуссия

#### 3.2. Учебно - методическое обеспечение

Сведения об электронных полнотекстовых ресурсах, доступ к которым обеспечивается на основании прямых договоров

Перечень документов, подтверждающих наличие/право использования цифровых (электронных) библиотек, ЭБС		
2022-2023	1.	Контракт № 656/ДУ от 30.12.2022. (ЭБС «ZNANIUM.COM») 01.01.2023 – 31.12.2023
	2.	Контракт № 321/ДУ от 04.08.2022. (ЭБС ЮРАЙТ – СПО) 05.08.2022 – 04.08.2023
	3.	Контракт № 334/ДУ от 30.08.2022. ЭБС (ЭБС IPRbooks) 01.09.2022 – 31.08.2023
	4.	Контракт № 411/ДУ от 10.10.2022. (ЭБС «Лань») 12.10.2022 – 11.10.2023
	5.	Контракт № 561/ДУ от 07.12.2021. (ЭБС E-library РУНЭБ) 01.01.2022 – 31.12.2022

6.	Договор №101/НЭБ/2097 от 28.03.2017 (Национальная электронная библиотека (НЭБ))	28.03.2017- 28.03.2022 (пролонгация до 28.03.2027)
7.	Контракт № 493/ДУ от 11.11.2022 (Электронные формы учебников для СПО)	11.11.2022 –11.11.2023
8.	Контракт № 257/ДТ от 27.06.2021 г. на приобретение периодических печатных изданий (ООО «Урал-Пресс-Запад»)	01.07.2022 –31.12.2022
9.	Акт ввода в эксплуатацию Электронной библиотеки ВГАУ № 33 от 19.01.2016	Бессрочно

### Обеспеченность учебной литературой при реализации рабочей программы

#### 3.2.1. Основные источники

1. Аллянов Ю.Н. Физическая культура: Учебник / Аллянов Ю.Н., Письменский И.А. - М.: Издательство Юрайт, 2020. – 493 с. - [ЭИ]. – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/491233>.

2. Алхасов Д.С. Теория и история физической культуры: Учебник и практикум / Алхасов Д.С. - М.: Издательство Юрайт, 2020. – 191 с. - [ЭИ]. – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/491233>.

3. Быченков С.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие / О.В. Везеницын; С.В. Быченков - Саратов: Профобразование, Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 122 с.- [ЭИ] – Режим доступа: <https://www.iprbookshop.ru/77006>.

4. Муллер А.Б. Физическая культура: Учебник и практикум / Муллер А.Б., Дядичкина Н.С., Богащенко Ю.А. - М.: Издательство Юрайт, 2020. – 424 с. - [ЭИ]- Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/488898>.

5. Лях В. И. Физическая культура. 10-11 классы. Базовый уровень. – М.: Просвещение, 2021. – 271 с. – [ЭИ] – Режим доступа: индивидуальный доступ.

#### 3.2.2. Дополнительные источники

1. Гилев Г.А. Физическое воспитание студентов: учебник / А.М. Каткова; Г.А. Гилев - Москва: Московский педагогический государственный университет, 2018. - 336 с. - [ЭИ] – Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/document?id=375275>>

2. Горбачева О.А. Подвижные игры: учебно-методическое пособие / О.А. Горбачева - Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2017. - 99 с. - [ЭИ] – Книга находится в премиум-версии IPR SMART.

3. Жданкина Е.Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка: Учебное пособие / Новаковский С.В. - М.: Издательство Юрайт, 2020. - 125 с. - [ЭИ] – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/497734>>.

#### 3.2.3. Методические издания

1. Физкультура: методические указания по освоению дисциплины и самостоятельной работе для обучающихся по специальности 38.02.01 «Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)» [Электронный ресурс] / Воронежский государственный аграрный университет: [сост. Т.В. Поваляева] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2022. – 16 с.

#### 3.2.4. Периодические издания

1. Адаптивная физическая культура: ежеквартальный журнал / Национальный гос. Ун-т физической культуры, спорта и здоровья. - Санкт-Петербург: Б.и., 2003.

2. Вестник Воронежского государственного аграрного университета: теоретический и научно-практический журнал / Воронеж. гос. аграр. ун-т. - Воронеж: ВГАУ, 1998-.

3. Физкультура и спорт: ежемесячный иллюстрированный журнал: 12+ / учредитель: ЗАО «Редакция журнала «Физкультура и спорт» - Москва: Физкультура и спорт, 1977-.

4. Здоровье: научно-популярный ежемесячный журнал: 16+ - Москва: Б.и., 1994-

### 3.3. Материально-техническое и программное обеспечение

Сведения о программном обеспечении общего назначения

№	Название	Размещение
1	Операционные системы MS Windows / Linux	ПК в локальной сети ВГАУ
2	Пакеты офисных приложений Office MS Windows / OpenOffice	ПК в локальной сети ВГАУ
3	Программы для просмотра файлов Adobe Reader / DjVu Reader	ПК в локальной сети ВГАУ
4	Браузеры Яндекс Браузер / Mozilla Firefox / Internet Explorer	ПК в локальной сети ВГАУ
5	Антивирусная программа DrWeb ES	ПК в локальной сети ВГАУ
6	Программа-архиватор 7-Zip	ПК в локальной сети ВГАУ
7	Мультимедиа проигрыватель MediaPlayer Classic	ПК в локальной сети ВГАУ
8	Платформа онлайн-обучения eLearning server	ПК в локальной сети ВГАУ
9	Система компьютерного тестирования AST Test	ПК в локальной сети ВГАУ

Сайты и информационные порталы

1. <http://www.lib.sportedu.ru> - Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры»

2. <https://gto.ru/> - Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»

3. <https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/> - Министерство спорта Российской Федерации

4. <https://www.govrn.ru/organizacia/-/~id/844519> - Департамент физической культуры и спорта Воронежской области

### Материально-техническое обеспечение для обучения по дисциплине для инвалидов и лиц с ОВЗ

Для организации доступности образовательной среды в учебном корпусе имеются стационарные пандусы, кнопки вызова, уличные подъемники, поручни, расширенные дверные проемы, стопоры для дверей, имеются локальные пониженные стойки-барьеры. Имеется универсальный санузел для инвалидов-колясочников, оборудованный специальным унитазом и раковиной умывальника, поручнями, держателем костылей, локтевым краном, поворотным зеркалом, кнопкой вызова. Возле учебного корпуса выделены и размечены места для стоянки автомобилей инвалидов на автомобильной парковке и установлены соответствующие знаки.

Для слабовидящих и слепых установлены: тактильная вывеска на здании с дублированием информации шрифтом Брайля; тактильные таблички на дверях служебных помещений; мнемосхемы, пиктограммы, обозначающие пути эвакуации, лестницы, вахту, гардероб, туалеты; имеется портативный электронный увеличитель BIGGER B2-35TV.

Для глухих и слабослышащих имеется информационная портативная система ИСТОК А2, информационная система "Бегущая строка"

#### Помещения для ведения образовательного процесса и оборудование

№ п/п	Наименование объекта, подтверждающего наличие материально-технического обеспечения, с перечнем основного оборудования	Адрес (местоположение) объекта, подтверждающего наличие материально-технического обеспечения (с указанием номера такого объекта в соответствии с документами по технической инвентаризации)
1	<p>Спортивный комплекс с плавательным бассейном.</p> <p>Учебная аудитория для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, в том числе для лиц с ОВЗ и инвалидов: Зал: Аудитория оснащена экраном, проектором, радиомикрофонами и акустическими колонками; имеется портативный электронный увеличитель, имеется информационная портативная система (магнитная петля ИСТОК А2). Используются специализированные столы для колясочников, имеющие регулировку по высоте и углу наклона.</p> <p>Комплект учебной мебели, демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия, стойки волейбольные, стойки баскетбольные, мячи волейбольные, мячи баскетбольные, корзины для мячей, скакалки, сетка волейбольная, обручи гимнастические, секундомеры, скамейки, стулья для зрителей, стулья ИЗО</p>	394043, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Ломоносова, д.81д
2	<p>Учебная аудитория для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации «Бассейн», в том числе для лиц с ОВЗ и инвалидов: комплект учебной мебели, демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия, стулья ИЗО, скамейки, вешалки для одежды, санузел и душ, оборудованный для лиц с ОВЗ.</p>	394077, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Ломоносова, д.81д

### 3.4. Особенности организации образовательного процесса по дисциплине для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями

Содержание дисциплины и условия организации обучения для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов корректируются при наличии таких обучающихся в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида, а так же «Требованиями к организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональных образовательных организациях, в том числе оснащённости образовательного процесса» (Письмо Минобрнауки РФ от 18.03.2014 г. № 06-281), Положением о методике оценки степени возможности включения лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов в общий образовательный процесс (НИМИ, 2015); П ВГАУ 1.1.01-2015 Положением Особенности организации образовательного процесса по образовательным программам для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, П ВГАУ 1.6.02-2022 Положением по реализации образовательных программ среднего профессионального образования и профессионального обучения для лиц с инвалидностью и ОВЗ

## 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ, КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1. Оценка результатов освоения дисциплины

Фонды оценочных средств адаптируются к ограничениям здоровья и восприятия информации обучающимися. Основные формы представления оценочных средств – в печатной форме или в форме электронного документа

Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки
<p>Перечень личностных результатов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;</li> <li>– сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;</li> <li>– потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья;</li> <li>– приобретение личного опыта творческого использования профессионально оздоровительных средств и методов двигательной активности;</li> <li>– формирование личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок, системы значимых социальных и межличностных отношений, личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе</li> </ul>	<p>Формы промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ОВЗ учитывают индивидуальные и психофизические особенности обучающегося/обучающихся по АОП ПССЗ (практическая и теоретическая форма)</p> <p><b>Формы контроля обучения:</b></p> <p><b>Категории студентов с ОВЗ и инвалидностью</b></p> <p><b>С нарушением зрения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– адаптивная физическая культура;</li> <li>- устная проверка: дискуссии, круглые столы, собеседования и др.;</li> <li>– с использованием компьютера и специального ПО: работа с электронными образовательными ресурсами, тестирование, рефераты, дистанционные формы, если позволяет острота зрения; при возможности письменная проверка с использованием рельефно- точечной системы Брайля, увеличенного шрифта, использование специальных технических средств (тифлотехнических средств): тестирование, домашние задания, эссе, отчеты и др.</li> </ul> <p><b>С нарушением слуха</b></p>

<p>целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной, практике;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;</li> <li>– способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры;</li> <li>– способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности;</li> <li>– формирование навыков сотрудничества со сверстниками, умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;</li> <li>– принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивнооздоровительной деятельностью;</li> <li>– умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;</li> <li>– патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной; – готовность к служению Отечеству, его защите.</li> </ul> <p>Перечень метапредметных результатов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;</li> <li>– готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- адаптивная физическая культура;</li> <li>– письменная проверка: тестирование, домашние задания, эссе, отчеты и др.;</li> <li>– с использованием компьютера: работа с электронными образовательными ресурсами, тестирование, рефераты, дистанционные формы и др.;</li> <li>-при возможности устная проверка с использованием специальных технических средств (аудиосредств, средств коммуникации, звукоусиливающей аппаратуры и др.): дискуссии, круглые столы, собеседования, и др.</li> </ul> <p><b>С нарушением опорно-двигательного аппарата</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- адаптивная физическая культура;</li> <li>– письменная проверка с использованием специальных технических средств (альтернативных средств ввода, управления компьютером и др.): тестирование, домашние задания, эссе, отчеты и др.;</li> <li>– устная проверка, с использованием специальных технических средств (средств коммуникаций): дискуссии, круглые столы, собеседования и др.;</li> <li>с использованием компьютера и специального ПО (альтернативных средств ввода и управления компьютером и др.): работа с электронными образовательными ресурсами, тестирование, рефераты, дистанционные формы предпочтительнее обучающимся, ограниченным в передвижении и др.</li> </ul> <p><b>Формы оценки результативности обучения:</b></p> <p>традиционная система отметок в баллах за каждую выполненную работу, на основе которых выставляется итоговая отметка.</p> <p>В ходе проведения промежуточной аттестации предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– предъявление обучающимся печатных и (или) электронных материалов в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья;</li> <li>– возможность пользоваться индивидуальными устройствами и средствами, позволяющими адаптировать материалы, осуществлять приём и передачу информации с учетом их индивидуальных особенностей;</li> <li>– увеличение продолжительности проведения аттестации;</li> </ul>
---	--

<p>– освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;</p> <p>– готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников;</p> <p>– формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;</p> <p>– умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, норм информационной безопасности.</p> <p>Перечень предметных результатов:  знать/ понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правила и навыки поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;</li> <li>- основы здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни, понимание рисков и угроз современного мира.</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях, а также навыками оказания первой помощи пострадавшим;</li> <li>- действовать индивидуально и в группе в опасных и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);</li> </ul> <p>использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:</p>	<p>– возможность присутствия ассистента и оказания им необходимой помощи (занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, общаться с преподавателем).</p> <p><b>Методы контроля направлены на проверку умения обучающихся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях, а также навыками оказания первой помощи пострадавшим;</li> <li>- действовать индивидуально и в группе в опасных и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);</li> </ul> <p>Методы оценки результатов обучения: формирование результата итоговой аттестации по дисциплине на основе суммы результатов текущего контроля.</p>
--	---

<p>- укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p> <p>- самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;</p> <p>- использования физических упражнений разной функциональной направленности в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p> <p>- использования технических приемов и двигательных действий базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.</p> <p>- укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p> <p>- самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;</p> <p>- использования физических упражнений разной функциональной направленности в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p>	
--	--

#### 4.2. Характеристика основных видов деятельности обучающихся

Основные виды деятельности для инвалидов и лиц с ОВЗ учитывают индивидуальные и психофизические особенности обучающегося/обучающихся по АОП ПССЗ

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)
Практическая часть	
<i>Учебно-тренировочные занятия</i>	
Легкая атлетика. Кроссовая подготовка	Освоение техники беговых упражнений (кроссового бега, бега на короткие, средние и длинные дистанции), высокого и низкого старта,



	<p>стартового разгона, финиширования; бега 100 м, эстафетный бег 4´ 100 м, 4´ 400 м; бега по прямой с различной скоростью, равномерного бега на дистанцию 2 000 м (девушки) и 3 000 м (юноши). Умение технически грамотно выполнять (на технику): прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжки в высоту способами: «прогнувшись», перешагивания, «ножницы», перекидной. Метание гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши); толкание ядра; сдача контрольных нормативов</p>
Гимнастика	<p>Освоение техники общеразвивающих упражнений, упражнений в паре с партнером, упражнений с гантелями, набивными мячами, упражнений с мячом, обручем (девушки); 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. Выполнение комплексов упражнений вводной и производственной гимнастики</p>
Спортивные игры	<p>Освоение основных игровых элементов. Знание правил соревнований по избранному игровому виду спорта. Развитие координационных способностей, совершенствование ориентации в пространстве, скорости реакции, дифференцировке пространственных, временных и силовых параметров движения. Развитие личностно-коммуникативных качеств. Совершенствование восприятия, внимания, памяти, воображения, согласованности групповых взаимодействий, быстрого принятия решений. Развитие волевых качеств, инициативности, самостоятельности. Умение выполнять технику игровых элементов на оценку. Участие в соревнованиях по избранному виду спорта. Освоение техники самоконтроля при занятиях; умение оказывать первую помощь при травмах в игровой ситуации</p>
Плавание	<p>Умение выполнять специальные плавательные упражнения для изучения кроля на груди, спине, брасса. Освоение стартов, поворотов, ныряния ногами и головой. Закрепление упражнений по совершенствованию техники движений рук, ног, туловища, плавания в полной координации, плавания на боку, на спине. Освоение элементов игры в водное поло (юноши), элементов фигурного плавания (девушки); знание правил плавания в открытом водоеме. Умение оказывать</p>

	доврачебную помощь пострадавшему. Знание техники безопасности при занятиях плаванием в открытых водоемах и бассейне. Освоение самоконтроля при занятиях плаванием
--	---

### 4.3. Критерии оценки результатов обучения

#### 4.3.1. Критерии оценки промежуточной аттестации

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Оценка					
				Юноши			Девушки		
				5	4	3	5	4	3
1	Скоростные	Бег 30 м, с	16	4,4 и выше	5,1—4,8	5,2 и ниже	4,8 и выше	5,9—5,3	6,1 и ниже
			17	4,3	5,0—4,7	5,2	4,8	5,9—5,3	6,1
2	Координационные	Челночный бег 310 м, с	16	7,3 и выше	8,0—7,7	8,2 и ниже	8,4 и выше	9,3—8,7	9,7 и ниже
			17	7,2	7,9—7,5	8,1	8,4	9,3—8,7	9,6
3	Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см	16	230 и выше	195—210	180 и ниже	210 и выше	170—190	160 и ниже
			17	240	205—220	190	210	170—190	160
4	Выносли- вость	6-минутный бег, м	16	1 500 и выше	1 300—1 400	1 100 и ниже	1 300 и выше	1 050—1 200	900 и ниже
			17	1 500	1 300—1 400	1 100	1 300	1 050—1 200	900
5	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя, см	16	15 и выше	9—12	5 и ниже	20 и выше	12—14	7 и ниже
			17	15	9—12	5	20	12—14	7
6	Силовые	Подтягивание: на высокой перекла-дине из виса, количество раз (юно- ши), на низкой перекладине из виса лежа, количество раз (девушки)	16	11 и выше	8—9	4 и ниже	18 и выше	13—15	6 и ниже
			17	12	9—10	4	18	13—15	6

#### 4.3.2. Критерии оценки уровня физической подготовленности юношей

Тесты	Оценка в баллах		
	5	4	3
1. Бег 3 000 м (мин, с)	12,30	14,00	б/вр
2. Бег на лыжах 5 км (мин, с)	25,50	27,20	б/вр
3. Плавание 50 м (мин, с)	45,00	52,00	б/вр
4. Приседание на одной ноге с опорой о стену (количество разна каждой ноге)	10	8	5
5. Прыжок в длину с места (см)	230	210	190
6. Бросок набивного мяча 2 кг из-за головы (м)	9,5	7,5	6,5
7. Силовой тест - подтягивание на высокой перекладине (количество раз)	13	11	8
8. Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (количество раз)	12	9	7
9. Координационный тест - челночный бег 3×10 м (с)	7,3	8,0	8,3
10. Поднимание ног в висе до касания перекладины (количество раз)	7	5	3
11. Гимнастический комплекс упражнений: утренней гимнастики; производственной гимнастики; релаксационной гимнастики (из 10 баллов)	До 9	До 8	До 7,5

#### 4.3.3. Критерии оценки уровня физической подготовленности девушек

Тест	Оценка в баллах		
	5	4	3
1. Бег 2 000 м (мин, с)	11,00	13,00	б/вр
2. Бег на лыжах 3 км (мин, с)	19,00	21,00	б/вр
3. Плавание 50 м (мин, с)	1,00	1,20	б/вр
4. Прыжки в длину с места (см)	190	175	160
5. Приседание на одной ноге, опора о стену (количество разна каждой ноге)	8	6	4
6. Силовой тест - подтягивание на низкой перекладине (количество раз)	20	10	5

## 5. Специальные условия, обеспечиваемые в процессе преподавания дисциплины, для инвалидов и лиц с ОВЗ

### ***Обучающиеся с нарушениями зрения***

предоставление образовательного контента в текстовом электронном формате, позволяющем переводить плоскочечатную информацию в аудиальную или тактильную форму;

возможность использовать индивидуальные устройства и средства, позволяющие адаптировать материалы, осуществлять приём и передачу информации с учетом индивидуальных особенностей и состояния здоровья студента;

предоставление возможности предкурсового ознакомления с содержанием учебной дисциплины и материалом по курсу за счёт размещения информации на корпоративном образовательном портале;

использование чёткого и увеличенного по размеру шрифта и графических объектов в мультимедийных презентациях;

использование инструментов «лупа», «проектор» при работе с интерактивной доской;

озвучивание визуальной информации, представленной обучающимся в ходе занятий;

обеспечение раздаточным материалом, дублирующим информацию, выводимую на экран;

наличие подписей и описания у всех используемых в процессе обучения рисунков и иных графических объектов, что даёт возможность перевести письменный текст в аудиальный;

обеспечение особого речевого режима преподавания: лекции читаются громко, разборчиво, отчётливо, с паузами между смысловыми блоками информации, обеспечивается интонирование, повторение, акцентирование, профилактика рассеивания внимания;

минимизация внешнего шума и обеспечение спокойной аудиальной обстановки;

возможность вести запись учебной информации студентами в удобной для них форме (аудиально, аудиовизуально, на ноутбуке, в виде пометок в заранее подготовленном тексте);

увеличение доли методов социальной стимуляции (обращение внимания, апелляция к ограничениям по времени, контактные виды работ, групповые задания и др.) на практических и лабораторных занятиях;

минимизирование заданий, требующих активного использования зрительной памяти и зрительного внимания;

применение поэтапной системы контроля, более частый контроль выполнения заданий для самостоятельной работы.

***Обучающиеся с нарушениями опорно-двигательного аппарата*** (маломобильные студенты, студенты, имеющие трудности передвижения и патологию верхних конечностей)

возможность использовать специальное программное обеспечение и специальное оборудование и позволяющее компенсировать двигательное нарушение (коляски, ходунки, трости и др.);

предоставление возможности предкурсового ознакомления с содержанием учебной дисциплины и материалом по курсу за счёт размещения информации на корпоративном образовательном портале;

применение дополнительных средств активизации процессов запоминания и повторения;

опора на определенные и точные понятия;

использование для иллюстрации конкретных примеров;

применение вопросов для мониторинга понимания;

разделение изучаемого материала на небольшие логические блоки;

увеличение доли конкретного материала и соблюдение принципа от простого к сложному при объяснении материала;

наличие чёткой системы и алгоритма организации самостоятельных работ и проверки заданий с обязательной корректировкой и комментариями;

увеличение доли методов социальной стимуляции (обращение внимания, апелляция к ограничениям по времени, контактные виды работ, групповые задания др.);

обеспечение беспрепятственного доступа в помещения, а также пребывания в них;

наличие возможности использовать индивидуальные устройства и средства, позволяющие обеспечить реализацию эргономических принципов и комфортное пребывание на месте в течение всего периода учёбы (подставки, специальные подушки и др.).

### **Обучающиеся с нарушениями слуха** (глухие, слабослышащие, позднооглохшие)

предоставление образовательного контента в текстовом электронном формате, позволяющем переводить аудиальную форму лекции в плоскочечатную информацию;

наличие возможности использовать индивидуальные звукоусиливающие устройства и сурдотехнические средства, позволяющие осуществлять приём и передачу информации; осуществлять взаимобратный перевод текстовых и аудиофайлов (блокнот для речевого ввода), а также запись и воспроизведение зрительной информации.

наличие системы заданий, обеспечивающих систематизацию вербального материала, его схематизацию, перевод в таблицы, схемы, опорные тексты, глоссарий;

наличие наглядного сопровождения изучаемого материала (структурно-логические схемы, таблицы, графики, концентрирующие и обобщающие информацию, опорные конспекты, раздаточный материал);

наличие чёткой системы и алгоритма организации самостоятельных работ и проверки заданий с обязательной корректировкой и комментариями;

обеспечение практики опережающего чтения, когда студенты заранее знакомятся с материалом и выделяют незнакомые и непонятные слова и фрагменты;

особый речевой режим работы (отказ от длинных фраз и сложных предложений, хорошая артикуляция; четкость изложения, отсутствие лишних слов; повторение фраз без изменения слов и порядка их следования;

обеспечение зрительного контакта во время говорения и чуть более медленного темпа речи, использование естественных жестов и мимики);

чёткое соблюдение алгоритма занятия и заданий для самостоятельной работы (называние темы, постановка цели, сообщение и запись плана, выделение основных понятий и методов их изучения, указание видов деятельности студентов и способов проверки усвоения материала, словарная работа);

соблюдение требований к предъявляемым учебным текстам (разбивка текста на части; выделение опорных смысловых пунктов; использование наглядных средств);

минимизация внешних шумов;

предоставление возможности соотносить вербальный и графический материал; комплексное использование письменных и устных средств коммуникации при работе в группе;

– сочетание на занятиях всех видов речевой деятельности (говорения, слушания, чтения, письма, зрительного восприятия с лица говорящего).

### **Обучающиеся с прочими видами нарушений** (ДЦП с нарушениями речи, заболевания эндокринной, центральной нервной и сердечно-сосудистой систем, онкологические заболевания)

наличие возможности использовать индивидуальные устройства и средства, позволяющие осуществлять приём и передачу информации;

наличие системы заданий, обеспечивающих систематизацию вербального материала, его схематизацию, перевод в таблицы, схемы, опорные тексты, глоссарий;

наличие наглядного сопровождения изучаемого материала;

наличие чёткой системы и алгоритма организации самостоятельных работ и проверки заданий с обязательной корректировкой и комментариями;

обеспечение практики опережающего чтения, когда студенты заранее знакомятся с материалом и выделяют незнакомые и непонятные слова и фрагменты;

предоставление возможности соотносить вербальный и графический материал; комплексное использование письменных и устных средств коммуникации при работе в группе;

сочетание на занятиях всех видов речевой деятельности (говорения, слушания, чтения, письма, зрительного восприятия с лица говорящего);

предоставление образовательного контента в текстовом электронном формате;

предоставление возможности предкурсового ознакомления с содержанием учебной дисциплины и материалом по курсу за счёт размещения информации на корпоративном образовательном портале;

возможность вести запись учебной информации студентами в удобной для них форме (аудиально, аудиовизуально, в виде пометок в заранее подготовленном тексте).

применение поэтапной системы контроля, более частый контроль выполнения заданий для самостоятельной работы,

стимулирование выработки у студентов навыков самоорганизации и самоконтроля;

наличие пауз для отдыха и смены видов деятельности по ходу занятия.

