

«Утверждаю»
Директор ОГАОУ
«ТМК имени Э.В. Денисова»
М.П. Смирнова/
« 05 » июня 2023 г.



АДАптиРОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ СЛАБОВИДЯЩИХ ОБУЧАЮЩИХСЯ

для специальностей

**53.02.03 Инструментальное исполнительство.
Фортепиано**

**53.02.03 Инструментальное исполнительство.
Оркестровые струнные инструменты**

**53.02.03 Инструментальное исполнительство.
Оркестровые духовые и ударные инструменты**

**53.02.03 Инструментальное исполнительство.
Инструменты народного оркестра**

53.02.04 Вокальное искусство

53.02.06 Хоровое дирижирование

53.02.07 Теория музыки

53.02.01 Музыкальное образование

Адаптированная образовательная программа для слабовидящих обучающихся разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) среднего профессионального образования (далее СПО) для специальностей 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Фортепиано», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые струнные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые духовые и ударные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Инструменты народного оркестра» от 27.10.2014 г. приказ № 1390; 53.02.04 «Вокальное искусство» от 27.10.2014 г. приказ № 1381; 53.02.06 «Хоровое дирижирование» от 27.10.2014 г. приказ № 1383; 53.02.07 «Теория музыки» от 27.10.2014 г. приказ № 1387; 53.02.01 «Музыкальное образование» от 13.08.2014 г. приказ № 993

Организация – разработчик: ОГАПОУ «ТМК имени Э.В. Денисова»

Разработчик: Дронюк И.В., методист

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе  /Лаптева С.М./
« 05 » июня 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по научно-методической и творческой работе  /Зайцева Л.А./
« 05 » июня 2023 г.

Содержание

1	ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ	4
1.1	Нормативно-правовые основы разработки адаптированной образовательной программы	4
1.2	Нормативный срок освоения адаптированной образовательной программы	6
1.3	Требования к абитуриенту	6
2	ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫПУСКНИКОВ И ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ АДАПТИРОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	7
2.1	Область и объекты профессиональной деятельности выпускника	7
2.2	Виды деятельности и компетенции	8
2.3	Характеристика особых образовательных потребностей обучающихся с нарушениями слуха	16
3	ДОКУМЕНТЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ СОДЕРЖАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА	17
3.1	Учебный план и календарный учебный график	17
3.2	Перечень рабочих программ учебных дисциплин, профессиональных модулей, учебной и производственной практик	17
3.3	Рабочая программа адаптированной учебной дисциплины «Физическая культура»	33
3.4	Рабочие программы дисциплин адаптационного учебного цикла	33
4	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ АДАПТИРОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	33
4.1	Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация обучающихся	33
4.2	Организация государственной итоговой аттестации выпускников инвалидов и выпускников с ограниченными возможностями здоровья	35
5	ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ УСЛОВИЙ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ИНВАЛИДОВ И ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	35
5.1	Кадровое обеспечение	35
5.2	Учебно-методическое и информационное обеспечение	36
5.3	Материально-техническое обеспечение	36
5.4	Требования к организации практики обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья	37
5.5	Характеристика социокультурной среды образовательной организации, обеспечивающей социальную адаптацию обучающихся инвалидов и обучающихся лиц с ограниченными возможностями	38
6	ПРИЛОЖЕНИЯ	39

1. Общие положения

1.1. Нормативно-правовые основы разработки адаптированной образовательной программы

Адаптированная образовательная программа среднего профессионального образования для обучающихся (АОП СПО) - программа подготовки квалифицированных рабочих и служащих, адаптированная для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и при необходимости обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию указанных лиц.

Адаптированная образовательная программа содержит комплекс учебно - методической документации, включая учебный план, календарный учебный график, рабочие программы дисциплин, междисциплинарных курсов, профессиональных модулей, иных компонентов, определяет объем и содержание образования по профессии среднего профессионального образования, планируемые результаты освоения образовательной программы, специальные условия образовательной деятельности.

Адаптированная образовательная программа обеспечивает достижение обучающимися инвалидами и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья результатов, установленных соответствующими федеральными государственными образовательными стандартами среднего профессионального образования.

Данная адаптированная образовательная программа разработана в отношении обучающихся с нарушениями зрения в инклюзивной группе.

Реализация адаптированной образовательной программы для конкретного обучающегося инвалида или обучающегося с ограниченными возможностями здоровья определяется Учреждением в соответствии с рекомендациями, данными по результатам медико-социальной экспертизы или психолого-медико-педагогической комиссии, а также специальными условиями, созданными в образовательной организации.

Разработка и реализация ППКРС - адаптированной образовательной программы среднего профессионального образования ориентирована на решение следующих задач:

- создание в образовательной организации условий, необходимых для получения среднего профессионального образования инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья, их социализации и адаптации;
- повышение уровня доступности среднего профессионального образования для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- повышение качества среднего профессионального образования инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- возможность формирования индивидуальной образовательной траектории для обучающегося инвалида или обучающегося с ограниченными возможностями здоровья;
- формирование в образовательной организации толерантной социокультурной среды.

Адаптированная образовательная программа ППКРС для слабовидящих обучающихся, реализуемая ОГАПОУ «ТМК имени Э.В. Денисова» по специальностям: 53.02.03 Инструментальное исполнительство (по видам инструментов) (53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Фортепиано», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые струнные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые духовые и ударные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Инструменты народного оркестра»); 53.02.04 «Вокальное искусство»; 53.02.06 «Хоровое дирижирование»; 53.02.07 «Теория музыки»; 53.02.01 «Музыкальное образование», представляет собой систему документов, разработанную и утвержденную с учетом требований рынка труда на основе Федерального государственного образовательного стандарта по соответствующему направлению подготовки среднего профессионального образования (ФГОС СПО), а также с учетом Методических рекомендаций по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования (утв. Минобрнауки России 20.04.2015 № 06-830вн).

Нормативную правовую основу разработки адаптированной образовательной программы составляют:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 N 99-ФЗ, от 23.07.2013 N 203-ФЗ);
- Федеральный закон от 24 ноября 1995 г. N 181-ФЗ "О социальной защите инвалидов в Российской Федерации";
- Государственная программа Российской Федерации "Доступная среда" на 2011 - 2015 годы, утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 17 марта 2011 г. N 175;

- Государственная программа Российской Федерации "Развитие образования" на 2013 - 2020 годы, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 792-р;
- Положение о практике обучающихся, осваивающих основные профессиональные образовательные программы среднего профессионального образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 апреля 2013 г. N 291;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 14 июня 2013 г. N 464;
- Порядок проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего профессионального образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 16 августа 2013 г. N 968;
- Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 января 2014 г. N 2;
- Порядок приема граждан на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 января 2014 г. N 36;
- Приказ Министерства образования и науки РФ об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии мастер по обработке цифровой информации от 2 августа 2013 года № 854;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 апреля 2015 г. № 06-443 «Методические рекомендации по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования»;
- Устав ГКК ПОУ 18 и иные локальные акты регламентирующие инклюзивное образование.

Методическую основу разработки адаптированной образовательной программы составляют требования к организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональных образовательных организациях, в том числе оснащенности образовательного процесса (письмо Департамента подготовки рабочих кадров и ДПО Министерства образования и науки Российской Федерации 18 марта 2014 г. N 06-281).

В данной адаптированной образовательной программе используются следующие термины, определения, сокращения:

Обучающийся с ограниченными возможностями здоровья - физическое лицо, имеющее недостатки в физическом и (или) психологическом развитии, подтвержденные психолого- медико-педагогической комиссией и препятствующие получению образования без создания специальных условий.

Инвалид - лицо, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящее к ограничению жизнедеятельности и вызывающее необходимость его социальной защиты. **Инклюзивное образование** - обеспечение равного доступа к образованию для всех обучающихся с учетом разнообразия особых образовательных потребностей и индивидуальных возможностей.

Адаптированная образовательная программа подготовки квалифицированных рабочих, служащих (АОП ППКРС) - программа подготовки квалифицированных рабочих, служащих, адаптированная для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и при необходимости обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию указанных лиц.

Адаптационная дисциплина - это элемент адаптированной образовательной программы среднего профессионального образования, направленный на индивидуальную коррекцию учебных и коммуникативных умений и способствующий социальной и профессиональной адаптации обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Индивидуальная программа реабилитации и абилитации (ИПРА) инвалида - разработанный на основе решения Государственной службы медико - социальной экспертизы комплекс оптимальных для инвалида реабилитационных мероприятий, включающий в себя отдельные виды, формы, объемы, сроки и порядок реализации медицинских, профессиональных и других реабилитационных мер, направленных на восстановление, компенсацию нарушенных или утраченных функций организма, восстановление, компенсацию способностей инвалида к выполнению определенных видов деятельности.

Индивидуальный учебный план - учебный план, обеспечивающий освоение образовательной программы на основе индивидуализации ее содержания с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося.

Специальные условия для получения образования - условия обучения, воспитания и развития обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, включающие в себя использование специальных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий, обеспечение доступа в здания организаций, осуществляющих образовательную деятельность, и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ инвалидами и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья.

Слабовидение - значительное снижение зрения, при котором острота центрального зрения на лучше видящем глазу с использованием очковой коррекции находится в пределах 0,05 -

0, 2 или выше - 0,3 при значительном нарушении других зрительных функций (конвергенции, аккомодации, поля зрения, глазодвигательных функций и т.д.).

СПО - среднее профессиональное образование.

ФГОС СПО - федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования.

ППКРС - программа подготовки квалифицированных рабочих, служащих.

1.2. Нормативный срок освоения адаптированной образовательной программы

Нормативный срок усвоения адаптированной образовательной программы СПО по специальностям: 53.02.03 Инструментальное исполнительство (по видам инструментов) (53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Фортепиано», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые струнные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые духовые и ударные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Инструменты народного оркестра»); 53.02.04 «Вокальное искусство»; 53.02.06 «Хоровое дирижирование»; 53.02.07 «Теория музыки»; 53.02.01 «Музыкальное образование» - 3 года 10 мес.

1.3. Требования к поступающему

Инвалид при поступлении на адаптированную образовательную программу должен предъявить индивидуальную программу реабилитации инвалида (ребенка-инвалида) с рекомендацией об обучении по данной профессии, содержащую информацию о необходимых специальных условиях обучения, а также сведения относительно рекомендованных условий и видов труда.

Лицо с ограниченными возможностями здоровья при поступлении на адаптированную образовательную программу должно предъявить заключение психолого-медико- педагогической комиссии с рекомендацией об обучении по данной профессии, содержащее информацию о необходимых специальных условиях обучения.

Инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья при поступлении в Колледж сдают вступительные испытания с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья (далее - индивидуальные особенности) таких поступающих.

При проведении вступительных испытаний обеспечивается соблюдение следующих требований:

- вступительные испытания проводятся для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в одной аудитории совместно с поступающими, не имеющими ограниченных возможностей здоровья, если это не создает трудностей для поступающих при сдаче вступительного испытания;
- присутствие ассистента (преподавателя данной специальности или преподавателя музыкально-теоретических дисциплин), оказывающего поступающим необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей (занять рабочее место, передвигаться, прочесть и оформить задание, общаться с экзаменатором);
- информация о порядке проведения вступительных испытаний предоставляется поступающим в доступной для них форме;
- продолжительность вступительного испытания для поступающих по их запросу может быть увеличена (но не более чем на 1,5 часа);

- поступающие с учетом их индивидуальных особенностей могут в процессе сдачи вступительного испытания пользоваться необходимыми им техническими средствами;
- материально-технические условия должны обеспечивать возможность беспрепятственного доступа поступающих в аудитории, туалетные и другие помещения, а также их пребывания в указанных помещениях (аудитория должна располагаться на первом этаже; наличие специальных кресел и других приспособлений).

Дополнительно при проведении вступительных испытаний обеспечивается соблюдение следующих требований в зависимости от категорий поступающих инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (для *слабовидящих*):

- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;
- поступающим для выполнения задания по сольфеджио при необходимости предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;
- задания для выполнения по сольфеджио, а также информация о порядке проведения вступительных испытаний оформляются увеличенным шрифтом;
- письменное задание (написание музыкального диктанта по сольфеджио) по желанию поступающего надиктовывается ассистенту или выполняется устно (называются ноты и длительности).

2. Характеристика профессиональной деятельности выпускников и требования к результатам освоения адаптированной образовательной программы

2.1. Область и объекты профессиональной деятельности

Область и объекты профессиональной деятельности для специальностей: 53.02.03 Инструментальное исполнительство (по видам инструментов) (53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Фортепиано», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые струнные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые духовые и ударные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Инструменты народного оркестра»); 53.02.04 «Вокальное искусство»; 53.02.06 «Хоровое дирижирование»; 53.02.07 «Теория музыки»; 53.02.01 «Музыкальное образование»

2.1.1. 53.02.03 Инструментальное исполнительство (по видам инструментов) (53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Фортепиано», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые струнные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые духовые и ударные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Инструменты народного оркестра»)

Область профессиональной деятельности выпускников: музыкально-инструментальное исполнительство; музыкальная педагогика в образовательных организациях дополнительного образования детей (детских школах искусств по видам искусств), общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях; организация и проведение концертов и прочих сценических выступлений, музыкальное руководство творческими коллективами.

Объектами профессиональной деятельности выпускников являются: музыкальные произведения разных эпох и стилей; музыкальные инструменты; творческие коллективы; образовательные организации дополнительного образования детей (детские школы искусств по видам искусств), общеобразовательные организации, профессиональные образовательные организации; образовательные программы, реализуемые в образовательных организациях дополнительного образования детей (детских школах искусств по видам искусств), общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях; слушатели и зрители театров и концертных залов; театральные и концертные организации; учреждения (организации) культуры, образования.

2.1.2. Специальность 53.02.04 Вокальное искусство

Область профессиональной деятельности выпускников: исполнительское творчество – вокальное исполнительство; образование музыкальное – музыкальная педагогика в образовательных организациях дополнительного образования детей (детских школах искусств по видам искусств), общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях; организация и постановка концертов и прочих сценических выступлений, музыкальное руководство творческими коллективами.

Объектами профессиональной деятельности выпускников являются: музыкальные

произведения различных эпох и стилей; музыкальные инструменты; творческие коллективы; образовательные организации дополнительного образования детей (детские школы искусств по видам искусств), профессиональные образовательные организации; образовательные программы, реализуемые в образовательных организациях дополнительного образования детей (детских школах искусств по видам искусств), общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях; слушатели и зрители театров и концертных залов; театральные и концертные организации; организации культуры, образования.

2.1.3. Специальность 53.02.06 «Хоровое дирижирование»

Область профессиональной деятельности выпускников: исполнительское творчество в качестве хормейстера, артиста хора или ансамбля на различных сценических площадках; музыкальная педагогика в образовательных организациях дополнительного образования детей (детских школах искусств по видам искусств), общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях; организация и постановка концертов и прочих сценических выступлений.

Объектами профессиональной деятельности выпускников являются: музыкальные произведения различных эпох и стилей; музыкальные инструменты; творческие коллективы; образовательные организации дополнительного образования детей (детские школы искусств по видам искусств), общеобразовательные организации, профессиональные образовательные организации; образовательные программы, реализуемые в образовательных организациях дополнительного образования детей (детских школах искусств по видам искусств), общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях; слушатели и зрители театров и концертных залов; театральные и концертные организации; учреждения (организации) культуры, образования.

2.1.4. Специальность 53.02.07 «Теория музыки»

Область профессиональной деятельности выпускников: музыкальная педагогика в образовательных организациях дополнительного образования детей (детских школах искусств по видам искусств), общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях; организация и постановка концертов и прочих сценических выступлений, организация и музыкальное руководство творческими коллективами; просветительство музыкальное.

Объектами профессиональной деятельности выпускников являются: образовательные организации дополнительного образования детей (детские школы искусств по видам искусств), общеобразовательные организации, профессиональные образовательные организации; образовательные программы образовательных организаций дополнительного образования детей (детских школ искусств по видам искусств), общеобразовательных организаций, профессиональных образовательных организаций; обучающиеся по образовательным программам образовательных организаций дополнительного образования детей (детских школ искусств по видам искусств), общеобразовательных организаций, профессиональных образовательных организаций; творческие коллективы; музыкальные произведения разных эпох и стилей; слушатели и зрители театров и концертных залов; театральные и концертные организации; организации культуры, образования; средства массовой информации.

2.1.5. Специальность 53.02.01 «Музыкальное образование» (базовая, углубленная подготовка)

Областью профессиональной деятельности выпускников являются: музыкальное образование детей в организациях дошкольного и общего образования.

Объектами профессиональной деятельности выпускников являются: задачи, содержание, методы, средства, формы организации и процесс музыкального образования детей; задачи, содержание, методы, средства, формы организации и процесс взаимодействия с коллегами и социальными партнерами (образовательными организациями, организациями культуры, родителями (лицами, их заменяющими) по вопросам музыкального образования детей; документационное обеспечение процесса музыкального образования детей в учреждениях дошкольного и общего образования.

2.2. Виды деятельности и компетенции

2.2.1. Обучающийся по профессии 53.02.03 Инструментальное исполнительство (по видам инструментов) (53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Фортепиано», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые струнные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые духовые и ударные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Инструменты народного оркестра») готовится к следующим видам деятельности:

Исполнительская деятельность (репетиционно-концертная деятельность в качестве артиста оркестра, ансамбля, концертмейстера, солиста на различных сценических площадках).

Педагогическая деятельность (учебно-методическое обеспечение учебного процесса в образовательных организациях дополнительного образования детей (детских школах искусств по видам искусств), общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях).

Выпускник, освоивший ППКРС, должен обладать **общими компетенциями**, включающими в себя способность:

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

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

ОК 3. Решать проблемы, 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, эффективно общаться с коллегами, руководством.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность подчиненных, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

ОК 10. Использовать умения и знания учебных дисциплин федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования в профессиональной деятельности.

ОК 11. Использовать умения и знания профильных учебных дисциплин федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования в профессиональной деятельности.

Выпускник, освоивший ППКРС, должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими видам деятельности:

Исполнительская деятельность

ПК 1.1. Целостно и грамотно воспринимать и исполнять музыкальные произведения, самостоятельно осваивать сольный, оркестровый и ансамблевый репертуар.

ПК 1.2. Осуществлять исполнительскую деятельность и репетиционную работу в условиях концертной организации, в оркестровых и ансамблевых коллективах.

ПК 1.3. Осваивать сольный, ансамблевый, оркестровый исполнительский репертуар.

ПК 1.4. Выполнять теоретический и исполнительский анализ музыкального произведения, применять базовые теоретические знания в процессе поиска интерпретаторских решений.

ПК 1.5. Применять в исполнительской деятельности технические средства звукозаписи, вести репетиционную работу и запись в условиях студии.

ПК 1.6. Применять базовые знания по устройству, ремонту и настройке своего инструмента для решения музыкально-исполнительских задач.

ПК 1.7. Исполнять обязанности музыкального руководителя творческого коллектива, включающие организацию репетиционной и концертной работы, планирование и анализ результатов деятельности.

ПК 1.8. Создавать концертно-тематические программы с учетом специфики восприятия слушателей различных возрастных групп.

Педагогическая деятельность.

ПК 2.1. Осуществлять педагогическую и учебно-методическую деятельность в образовательных организациях дополнительного образования детей (детских школах искусств по видам искусств), общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях.

ПК 2.2. Использовать знания в области психологии и педагогики, специальных и музыкально-теоретических дисциплин в преподавательской деятельности.

ПК 2.3. Использовать базовые знания и практический опыт по организации и анализу учебного процесса, методике подготовки и проведения урока в исполнительском классе.

ПК 2.4. Осваивать основной учебно-педагогический репертуар.

ПК 2.5. Применять классические и современные методы преподавания, анализировать особенности отечественных и мировых инструментальных школ.

ПК 2.6. Использовать индивидуальные методы и приемы работы в исполнительском классе с учетом

возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся.

ПК 2.7. Планировать развитие профессиональных умений обучающихся.

ПК 2.8. Владеть культурой устной и письменной речи, профессиональной терминологией.

2.2.2. Обучающийся по профессии 53.02.04 Вокальное искусство готовится к следующим видам деятельности:

Исполнительская деятельность (репетиционная и концертная деятельность в качестве артиста хора, ансамбля, солиста на различных сценических площадках).

Педагогическая деятельность (учебно-методическое обеспечение образовательного процесса в образовательных организациях дополнительного образования детей (детских школах искусств по видам искусств), общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях).

Выпускник, освоивший ППКРС, должен обладать **общими компетенциями**, включающими в себя способность:

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

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

ОК 3. Решать проблемы, 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, эффективно общаться с коллегами, руководством.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность подчиненных, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

ОК 10. Использовать умения и знания учебных дисциплин федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования в профессиональной деятельности.

ОК 11. Использовать умения и знания профильных учебных дисциплин федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования в профессиональной деятельности.

Выпускник, освоивший ППКРС, должен обладать **профессиональными компетенциями**, соответствующими видам деятельности:

Исполнительская и репетиционно-концертная деятельность

ПК 1.1. Целостно и грамотно воспринимать и исполнять музыкальные произведения, самостоятельно осваивать сольный, хоровой и ансамблевый репертуар (в соответствии с программными требованиями).

ПК 1.2. Осуществлять исполнительскую деятельность и репетиционную работу в хоровых и ансамблевых коллективах в условиях концертной организации и театральной сцены.

ПК 1.3. Применять в исполнительской деятельности технические средства звукозаписи, вести репетиционную работу и запись в условиях студии.

ПК 1.4. Выполнять теоретический и исполнительский анализ музыкального произведения, применять базовые теоретические знания в процессе поиска интерпретаторских решений.

ПК 1.5. Осваивать сольный, ансамблевый, хоровой исполнительский репертуар в соответствии с программными требованиями.

ПК 1.6. Применять базовые знания по физиологии, гигиене певческого голоса для решения музыкально-исполнительских задач.

ПК 1.7. Исполнять обязанности музыкального руководителя творческого коллектива, включающие организацию репетиционной и концертной работы, планирование и анализ результатов деятельности.

ПК 1.8. Создавать концертно-тематические программы с учетом специфики восприятия различными возрастными группами слушателей.

Педагогическая деятельность

ПК 2.1. Осуществлять педагогическую и учебно-методическую деятельность в образовательных организациях дополнительного образования детей (детских школах искусств по видам искусств), общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях.

ПК 2.2. Использовать знания в области психологии и педагогики, специальных и музыкально-теоретических дисциплин в преподавательской деятельности.

ПК 2.3. Использовать базовые знания и практический опыт по организации и анализу учебного процесса, методике подготовки и проведения урока в исполнительском классе.

ПК 2.4. Осваивать основной учебно-педагогический репертуар.

ПК 2.5. Применять классические и современные методы преподавания вокальных дисциплин, анализировать особенности отечественных и мировых вокальных школ.

ПК 2.6. Использовать индивидуальные методы и приемы работы в исполнительском классе с учетом возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся.

ПК 2.7. Планировать развитие профессиональных умений обучающихся.

ПК 2.8. Владеть культурой устной и письменной речи, профессиональной терминологией.

2.2.3. Обучающийся по профессии **53.02.06 «Хоровое дирижирование»** готовится к следующим видам деятельности:

Дирижерско-хоровая деятельность (репетиционная и концертная деятельность в качестве хормейстера, артиста хора или ансамбля в концертно-театральных организациях).

Педагогическая деятельность (учебно-методическое обеспечение образовательного процесса в образовательных организациях дополнительного образования детей (детских школах искусств по видам искусств), общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях).

Выпускник, освоивший ППКРС, должен обладать **общими компетенциями**, включающими в себя способность:

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

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

ОК 3. Решать проблемы, 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, эффективно общаться с коллегами, руководством.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность подчиненных, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

ОК 10. Использовать умения и знания учебных дисциплин федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования в профессиональной деятельности.

ОК 11. Использовать умения и знания профильных учебных дисциплин федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования в профессиональной деятельности.

Выпускник, освоивший ППКРС, должен обладать **профессиональными компетенциями**, соответствующими видам деятельности:

Дирижерско-хоровая деятельность

ПК 1.1. Целостно и грамотно воспринимать и исполнять музыкальные произведения, самостоятельно осваивать хоровой и ансамблевый репертуар (в соответствии с программными требованиями).

ПК 1.2. Осуществлять исполнительскую деятельность и репетиционную работу в условиях концертной организации, в хоровых и ансамблевых коллективах.

ПК 1.3. Систематически работать над совершенствованием исполнительского репертуара.

ПК 1.4. Использовать комплекс музыкально-исполнительских средств для достижения художественной выразительности в соответствии со стилем музыкального произведения.

ПК 1.5. Применять в исполнительской деятельности технические средства звукозаписи, вести репетиционную работу и запись в условиях студии.

ПК 1.6. Выполнять теоретический и исполнительский анализ музыкального произведения, применять базовые теоретические знания в процессе поиска интерпретаторских решений.

ПК 1.7. Осваивать хоровой и ансамблевый исполнительский репертуар в соответствии с программными требованиями.

Педагогическая деятельность

ПК 2.1. Осуществлять педагогическую и учебно-методическую деятельность в образовательных организациях дополнительного образования детей (детских школах искусств по видам искусств), общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях.

ПК 2.2. Использовать знания в области психологии и педагогики, специальных и музыкально-теоретических дисциплин в преподавательской деятельности.

ПК 2.3. Использовать базовые знания и навыки по организации и анализу учебного процесса, методике подготовки и проведения урока в хоровом классе.

ПК 2.4. Осваивать основной учебно-педагогический репертуар.

ПК 2.5. Применять классические и современные методы преподавания хорового пения и дирижирования.

ПК 2.6. Использовать индивидуальные методы и приемы работы в хоровом классе с учетом возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся;

ПК 2.7. Планировать развитие профессиональных навыков у обучающихся.

ПК 2.8. Владеть культурой устной и письменной речи, профессиональной терминологией.

2.2.4. Обучающийся по профессии 53.02.07 «Теория музыки» готовится к следующим видам деятельности:

Педагогическая деятельность (учебно-методическое обеспечение образовательного процесса в образовательных организациях дополнительного образования детей (детских школах искусств по видам искусств), общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях).

Организационная, музыкально-просветительская, репетиционно-концертная деятельность в творческом коллективе.

Корреспондентская деятельность в средствах массовой информации сферы музыкальной культуры.

Выпускник, освоивший ППКРС, должен обладать **общими компетенциями**, включающими в себя способность:

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

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

ОК 3. Решать проблемы, 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, эффективно общаться с коллегами, руководством.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность подчиненных, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

ОК 10. Использовать умения и знания учебных дисциплин федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования в профессиональной деятельности.

ОК 11. Использовать умения и знания профильных учебных дисциплин федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования в профессиональной деятельности.

Выпускник, освоивший ППКРС, должен обладать **профессиональными компетенциями**, соответствующими видам деятельности:

Педагогическая деятельность

ПК 1.1. Осуществлять педагогическую и учебно-методическую деятельность в образовательных организациях дополнительного образования детей (детских школах искусств по видам искусств), общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях.

ПК 1.2. Использовать знания в области психологии и педагогики, специальных и музыкально-теоретических дисциплин в преподавательской деятельности.

ПК 1.3. Использовать базовые знания и навыки по организации и анализу образовательного процесса, по методике подготовки и проведения занятия в классе музыкально-теоретических дисциплин.

ПК 1.4. Осваивать учебно-педагогический репертуар.

ПК 1.5. Применять классические и современные методы преподавания музыкально-теоретических дисциплин.

ПК 1.6. Использовать индивидуальные методы и приемы работы в классе музыкально-теоретических дисциплин с учетом возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся.

ПК 1.7. Планировать развитие профессиональных навыков у обучающихся.

ПК 1.8. Пользоваться учебно-методической литературой, формировать, критически оценивать и обосновывать собственные приемы и методы преподавания.

Организационная, музыкально-просветительская, репетиционно-концертная деятельность в творческом коллективе

ПК 2.1. Применять базовые знания принципов организации труда с учетом специфики деятельности педагогических и творческих коллективов.

ПК 2.2. Исполнять обязанности музыкального руководителя творческого коллектива, включающие организацию репетиционной и концертной работы, планирование и анализ результатов деятельности.

ПК 2.3. Использовать базовые нормативные правовые знания в деятельности специалиста по организационной работе в организациях культуры и образования.

ПК 2.4. Разрабатывать лекционно-концертные программы с учетом специфики восприятия различных возрастных групп слушателей.

ПК 2.5. Владеть культурой устной и письменной речи, профессиональной терминологией.

ПК 2.6. Осуществлять лекционно-концертную работу в условиях концертной аудитории и студии звукозаписи.

ПК 2.7. Использовать различные формы связи с общественностью с целью музыкального просветительства.

ПК 2.8. Выполнять теоретический и исполнительский анализ музыкального произведения, применять базовые теоретические знания в процессе работы над концертными программами.

Корреспондентская деятельность в средствах массовой информации сферы музыкальной культуры

ПК 3.1. Разрабатывать информационные материалы о событиях и фактах в области культуры и искусства для публикаций в печатных средствах массовой информации (далее - СМИ), использования на телевидении, радио, в сетевых СМИ.

ПК 3.2. Собирать и обрабатывать материалы о событиях и явлениях художественной культуры через использование современных информационных технологий.

ПК 3.3. Использовать корректорские и редакторские навыки в работе с музыкальными и литературными текстами.

ПК 3.4. Выполнять теоретический и исполнительский анализ музыкального произведения, применять базовые теоретические знания в музыкально-корреспондентской деятельности.

2.2.5. Обучающийся по профессии 53.02.01 «Музыкальное образование» (базовая, углубленная подготовка) готовится к следующим видам деятельности:

Учитель музыки, музыкальный руководитель (**базовой подготовки**) готовится к следующим видам деятельности:

Организация музыкальных занятий и музыкального досуга в дошкольных образовательных организациях.

Преподавание музыки и организация внеурочных музыкальных мероприятий в общеобразовательных организациях.

Педагогическая музыкально-исполнительская деятельность.

Методическое обеспечение процесса музыкального образования.

Выпускник, освоивший ППКРС, должен обладать **общими компетенциями (базовой подготовки)**, включающими в себя способность:

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

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы решения 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 постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

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.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

Выпускник, освоивший ППКРС, должен обладать **профессиональными компетенциями (базовой подготовки)**, соответствующими видам деятельности:

Организация музыкальных занятий и музыкального досуга в дошкольных образовательных организациях

ПК 1.1. Определять цели и задачи музыкальных занятий и музыкальный досуг в дошкольных образовательных организациях, планировать их.

ПК 1.2. Организовывать и проводить музыкальные занятия и музыкальный досуг в дошкольных образовательных организациях.

ПК 1.3. Определять и оценивать результаты обучения музыке и музыкального образования детей.

ПК 1.4. Анализировать музыкальные занятия и досуговые мероприятия.

ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс музыкального образования дошкольников.

Преподавание музыки и организация внеурочных музыкальных мероприятий в общеобразовательных организациях

ПК 2.1. Определять цели, задачи уроков музыки и внеурочные музыкальные мероприятия и планировать их.

ПК 2.2. Организовывать и проводить уроки музыки.

ПК 2.3. Организовывать и проводить внеурочные музыкальные мероприятия в общеобразовательной организации.

ПК 2.4. Выявлять музыкально одаренных детей и оказывать им педагогическую поддержку.

ПК 2.5. Определять и оценивать результаты обучения музыке и музыкального образования обучающихся.

ПК 2.6. Анализировать уроки музыки и внеурочные музыкальные мероприятия.

ПК 2.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс музыкального образования в общеобразовательной организации.

Педагогическая музыкально-исполнительская деятельность

ПК 3.1. Исполнять произведения педагогического репертуара вокального, хорового и инструментального жанров.

ПК 3.2. Управлять с использованием дирижерских навыков детским хоровым коллективом.

ПК 3.3. Аккомпанировать детскому составу исполнителей.

ПК 3.4. Аранжировать произведения педагогического репертуара разных жанров с учетом исполнительских возможностей обучающихся.

Методическое обеспечение процесса музыкального образования

ПК 4.1. Составлять учебно-тематические планы и рабочие программы на основе примерных с учетом вида образовательной организации, особенностей возраста, группы/класса, отдельных детей.

ПК 4.2. Создавать в кабинете предметную развивающую среду.

ПК 4.3. Систематизировать педагогический опыт, обосновывать выбор методов и средств собственной педагогической практики.

Учитель музыки, музыкальный руководитель (**углубленной подготовки**) готовится к следующим видам деятельности:

Организация музыкального образования детей в дошкольных образовательных организациях.

Преподавание музыки и организация внеурочной музыкальной деятельности в общеобразовательных организациях.

Педагогическая музыкально-исполнительская деятельность.

Методическое обеспечение процесса музыкального образования.

Выпускник, освоивший ППКРС, должен обладать **общими компетенциями (углубленной подготовки)**, включающими в себя способность:

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

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять способы, контролировать и оценивать решение профессиональных задач.

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 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

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.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

Выпускник, освоивший ППКРС, должен обладать **профессиональными компетенциями (углубленной подготовки)**, соответствующими видам деятельности:

Организация музыкального образования детей в дошкольных образовательных организациях

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать музыкальное образование детей в дошкольных образовательных организациях.

ПК 1.2. Организовывать различные формы музыкальной деятельности детей в дошкольных образовательных организациях.

ПК 1.3. Определять и оценивать результаты обучения музыке и музыкального образования.

ПК 1.4. Анализировать занятия по музыке, досуговые мероприятия, использование музыки в повседневной жизни детской организации дошкольного образования, корректировать процесс музыкального образования.

ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс музыкального образования дошкольников.

Преподавание музыки и организация внеурочной музыкальной деятельности в общеобразовательных организациях

ПК 2.1. Определять цели, задачи, планировать уроки музыки и внеурочную музыкальную деятельность, в том числе работу школьного музыкального объединения/кружка.

ПК 2.2. Организовывать и проводить уроки музыки.

ПК 2.3. Организовывать в общеобразовательной организации внеурочную музыкальную деятельность, в том числе работу школьного музыкального объединения/кружка.

ПК 2.4. Выявлять музыкально одаренных детей и оказывать им педагогическую поддержку.

ПК 2.5. Определять и оценивать результаты обучения музыке и музыкального образования обучающихся.

ПК 2.6. Анализировать уроки музыки, занятия школьного музыкального объединения/кружка и внеурочные музыкальные мероприятия.

ПК 2.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс музыкального образования в общеобразовательной организации.

Педагогическая музыкально-исполнительская деятельность

ПК 3.1. Исполнять произведения педагогического репертуара вокального, хорового и инструментального жанров.

ПК 3.2. Управлять детским вокально-хоровым коллективом с использованием дирижерских навыков.

ПК 3.3. Аккомпанировать детскому составу исполнителей.

ПК 3.4. Аранжировать произведения педагогического репертуара для различных составов, в том числе смешанных вокально-инструментальных.

ПК 3.5. Импровизировать в определенных музыкальных жанрах и стилях.

Методическое обеспечение процесса музыкального образования

ПК 4.1. Выбирать учебно-методический комплект и разрабатывать методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей возраста,

группы/класса и отдельных воспитанников/обучающихся.

ПК 4.2. Создавать в кабинете предметно-развивающую среду.

ПК 4.3. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области музыкального образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 4.4. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 4.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области музыкального образования.

2.3 Характеристика особых образовательных потребностей слабовидящих обучающихся

Для обучающихся с патологией органов зрения наиболее важным является состояние зрительных функций, таких как острота и поле зрения.

При нарушении остроты зрения снижается различительная способность, возможность детального зрения, что, конечно, ограничивает возможность обучения, получения профессионального образования.

Лица с нарушением поля зрения (сужением границ) с трудом ориентируются в незнакомой обстановке, мобильность их значительно ограничена, что требует создание специальных условий по организации безбарьерной архитектурной среды.

Общим признаком слабовидящих обучающихся выступает недоразвитие сферы чувственного восприятия, что приводит к определенным изменениям в психическом и физическом развитии, к затруднениям предметно - пространственной адаптации.

Слабовидящие обучающиеся сильно отличаются друг от друга по состоянию зрения, работоспособности, утомляемости и скорости усвоения материала. В значительной степени это обусловлено характером поражения зрения, происхождением дефекта и личными особенностями.

Для обучающихся с нарушениями зрения характерны повышенная эмоциональная ранимость, обидчивость, конфликтность, напряженность, неспособность к пониманию эмоционального состояния партнера по общению и адекватному самовыражению. Поведению обучающихся с нарушениями зрения в большинстве случаев недостает гибкости и спонтанности, отсутствуют, или слабо развиты неречевые формы общения. Для слабовидящих обучающихся характерна большая неуверенность в правильности и качестве выполнения работы, что выражается в более частом обращении за помощью в оценке деятельности к взрослому, переводе оценки в вербальный коммуникативный план.

Значительные изменения происходят в физическом развитии - нарушается точность движений, их интенсивность, становится специфической походка и другие двигательные акты.

К особым, специфическим, образовательным потребностям относятся следующие:

- соответствующая освещенность (общая освещенность помещения должна составлять 1000 лк, на рабочем столе обучающегося - 400-500 лк);
- ограничение непрерывной зрительной нагрузки (15 - 20 мин), режим зрительной работы устанавливается офтальмологом в соответствии с диагнозом и характером заболевания обучающегося;
- смена вида деятельности на не связанную с напряженным зрительным наблюдением;
- особые требования к наглядности: контрастность предъявляемых объектов и изображений по отношению к фону должна быть 60 - 100%. Отрицательный контраст предпочтительнее, так как слабовидящие лучше различают черные объекты на белом фоне, чем белые объекты на черном.

Особенности организации учебного процесса для студентов с нарушениями зрения

При организации процесса обучения студентов с нарушениями зрения, преподавателям следует учитывать следующее:

- необходимо применение специальных учебников и учебных пособий в аудио формате, увеличенным шрифтом;
- использовать специальные технические средства, например, видео увеличители, аудио оборудование для прослушивания, обеспечивающие поступление информации по сохранным каналам восприятия;
- стимулировать самостоятельность и активность слабовидящих в процессе профессионального обучения;
- учитывая особенности усвоения информации студентами с нарушением зрения, делать упор на словесно-логическую память;
- преодолевать формальное усвоение, благодаря проведению словарной работы, увеличения

наглядности;

- для лучшего усвоения материала важны уточнение образов, показ значимости информации для последующей трудовой деятельности;
- для усвоения информации слабовидящим требуется большее количество повторений и тренировок, чем студентам с нормальным зрением;
- давать больше времени для выполнения заданий, в связи с тем, что темп работы людей со зрительными нарушениями замедлен;
- давать студентам право выбора формы проведения аттестации (устно или письменно);
- рабочее место должно быть на среднем ряду за первым столом, необходимо обеспечить общее повышенное освещение и освещение рабочего места;
- совместная деятельность педагога и студента с ОВЗ должна строиться на принципах личностно-ориентированной педагогики, с опорой на личностный потенциал самого обучающегося.

3. Документы, определяющие содержание и организацию образовательного процесса

3.1. Учебный план и календарный учебный график

Учебный план определяет качественные и количественные характеристики адаптированной образовательной программы: объемные параметры учебной нагрузки в целом, по годам обучения и по семестрам; перечень дисциплин, профессиональных модулей и их составных элементов (междисциплинарных курсов, учебной и производственной практик); последовательность изучения дисциплин и профессиональных модулей; виды учебных занятий; распределение различных форм промежуточной аттестации по годам обучения и по семестрам; распределение по семестрам и объемные показатели подготовки и проведения государственной итоговой аттестации.

Учебный план для реализации АОП СПО предусматривает добавление адаптационных дисциплин предназначенных для учета ограничений здоровья обучающихся нарушениями зрения при формировании общих и профессиональных компетенций.

Дисциплины, относящиеся к обязательной части учебных циклов, учебной и производственной практик, являются обязательными для освоения всеми обучающимися, в том числе и с соматическими нарушениями.

Обучающиеся с нарушениями зрения имеют право на обучение по индивидуальному учебному плану в установленные сроки с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося.

В календарном учебном графике указывается последовательность реализации АОП СПО по годам, включая теоретическое обучение, в том числе и адаптационные дисциплины, учебная и производственная практики, промежуточную и итоговую аттестацию, каникулы.

Учебный план и календарный учебный график представлены в ОПОП ППКРС по специальностям.

3.2. Перечень рабочих программ учебных дисциплин, профессиональных модулей, учебной и производственной практик

Для АОП ППКРС по специальности: 53.02.03 Инструментальное исполнительство (по видам инструментов) (53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Фортепиано», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые струнные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые духовые и ударные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Инструменты народного оркестра»)

«Фортепиано»

Индекс дисциплины, профессионального модуля, практики по ФГОС	Наименование циклов, разделов и программ	Максимальная учебная нагрузка (час.)
ОД.00	Общеобразовательный учебный цикл	2106
ОД.01	Учебные дисциплины	1188
ОД.01.01	Иностранный язык	162
ОД.01.02	Обществознание	60
ОД.01.03	Математика и информатика	156
ОД.01.04	Естествознание	138
ОД.01.05	География	54
ОД.01.06	Физическая культура (адаптивная)	216
ОД.01.07	Основы безопасности жизнедеятельности	108

ОД.01.08	Русский язык	108
ОД.01.09	Литература	186
ОД.02	Профильные учебные дисциплины	918
ОД.02.01	История мировой культуры	216
ОД.02.02	История	162
ОД.02.02	Народная музыкальная культура	54
ОД.02.04	Музыкальная литература (зарубежная и отечественная)	486
	Обязательная часть учебных циклов ППССЗ	4594
ОГСЭ.00	Общий гуманитарный и социально-экономический учебный цикл	531
ОГСЭ.01	Основы философии	59
ОГСЭ.02	История	59
ОГСЭ.03	Психология общения	59
ОГСЭ.04	Иностранный язык	146
ОГСЭ.05	Физическая культура (адаптивная)	208
П.00	Профессиональный учебный цикл	4063
ОП.00	Общепрофессиональные дисциплины	1330
ОП.01	Музыкальная литература (зарубежная и отечественная)	157
ОП.02	Сольфеджио	372
ОП.03	Элементарная теория музыки	108
ОП.04	Гармония	264
ОП.05	Анализ музыкальных произведений	105
ОП.06	Музыкальная информатика	114
ОП.07	Безопасность жизнедеятельности	102
ОП.08	Музыка XX века	108
ПМ.00	Профессиональные модули	2733
ПМ.01	Исполнительская деятельность	1905
МДК.01.01	Специальный инструмент	697
	Специальный инструмент	643
	Изучение концертного репертуара	54
МДК.01.02	Ансамблевое исполнительство	323
	Фортепианный дуэт	162
	Камерный ансамбль	107
	Чтение оркестровых партитур	54
МДК.01.03	Концертмейстерский класс	214
МДК.01.04	История исполнительского искусства, устройство клавишных инструментов	354
	История исполнительского искусства,	105
	устройство клавишных инструментов	57
	Изучение фортепианной литературы и фортепианных школ XX – XXI веков	192
МДК.01.05	Основы композиции, инструментоведение, дополнительный инструмент	317
	Основы композиции,	54
	Инструментоведение	108
	Предметы по выбору: Дополнительный инструмент (синтезатор)/Постановка голоса/Дирижирование/Музыкальная звукорежиссура	107
	Цифровые музыкальные технологии	48
ПМ.02	Педагогическая деятельность	828
МДК.02.01.	Педагогические основы преподавания творческих дисциплин	384

	Основы педагогики	108
	Основные системы музыкального образования	108
	Возрастная психология	54
	Основы организации учебного процесса	57
	Основы психологии музыкального восприятия	57
МДК.02.02.	Учебно-методическое обеспечение учебного процесса	444
	Методика обучения игре на инструменте	168
	Физическая культура (ритмика)	57
	Изучение методической литературы по вопросам педагогики и методики	84
	Изучение педагогического репертуара	135
	Практика	
УП.00	Учебная практика	1022
УП.01	Концертмейстерская подготовка	215
УП.02	Фортепианный дуэт	108
УП.03	Чтение с листа и транспозиция	245
УП.04	Ансамблевое исполнительство	241
УП.05	Учебная практика по педагогической работе	213
ПП.00	Производственная практика (по профилю специальности)	5 нед.
ПП.01	Исполнительская практика	4 нед.
ПП.02	Педагогическая практика	1 нед.
ПДП.00	Производственная практика (преддипломная)	1 нед.

«Оркестровые струнные инструменты»

Индекс дисциплины, профессионального модуля, практики по ФГОС	Наименование циклов, разделов и программ	Максимальная учебная нагрузка (час.)
ОД.00	Общеобразовательный учебный цикл	2106
ОД.01	Учебные дисциплины	1188
ОД.01.01	Иностранный язык	162
ОД.01.02	Обществознание	60
ОД.01.03	Математика и информатика	156
ОД.01.04	Естествознание	138
ОД.01.05	География	54
ОД.01.06	Физическая культура (адаптивная)	216
ОД.01.07	Основы безопасности жизнедеятельности	108
ОД.01.08	Русский язык	108
ОД.01.09	Литература	186
ОД.02	Профильные учебные дисциплины	918
ОД.02.01	История мировой культуры	216
ОД.02.02	История	162
ОД.02.02	Народная музыкальная культура	54
ОД.02.04	Музыкальная литература (зарубежная и отечественная)	486
	Обязательная часть учебных циклов ППССЗ	4590
ОГСЭ.00	Общий гуманитарный и социально-экономический цикл	531
ОГСЭ.01	Основы философии	59
ОГСЭ.02	История	59
ОГСЭ.03	Психология общения	59
ОГСЭ.04	Иностранный язык	146
ОГСЭ.05	Физическая культура (адаптивная)	208

П.00	Профессиональный учебный цикл	4059
ОП.00	Общепрофессиональные дисциплины	1222
ОП.01	Музыкальная литература (зарубежная и отечественная)	157
ОП.02	Сольфеджио	372
ОП.03	Элементарная теория музыки	108
ОП.04	Гармония	264
ОП.05	Анализ музыкальных произведений	57
ОП.06	Музыкальная информатика	57
ОП.07	Безопасность жизнедеятельности	102
ОП.08	Музыка XX века	105
ПМ.00	Профессиональные модули	2837
ПМ.01	Исполнительская деятельность	2035
МДК.01.01	Специальный инструмент	753
	Специальный инструмент	645
	Чтение с листа по специальности	108
МДК.01.02	Камерный ансамбль и квартетный класс	213
МДК.01.03	Оркестровый класс, работа с оркестровыми партиями	419
МДК.01.04	Дополнительный инструмент – фортепиано	216
МДК.01.05	История исполнительского искусства, инструментоведение, изучение родственных инструментов	434
	История исполнительского искусства,	108
	инструментоведение,	82
	изучение родственных инструментов	18
	Дирижирование	84
	Чтение оркестровых партитур	52
ПМ.02	Педагогическая деятельность	802
МДК.02.01.	Педагогические основы преподавания творческих дисциплин	375
	Основы педагогики	108
	Основные системы музыкального образования	108
	Возрастная психология	54
	Основы организации учебного процесса	48
	Основы психологии музыкального восприятия	57
МДК.02.02.	Учебно-методическое обеспечение учебного процесса	427
	Методика обучения игре на инструменте	168
	Физическая культура (ритмика)	57
	Изучение методической литературы по вопросам педагогики и методики	117
	Изучение педагогического репертуара (груп. и инд.)	85
	Практика	
УП.00	Учебная практика	1026
УП.01	Оркестр	921
УП.02	Учебная практика по педагогической работе	105
ПП.00	Производственная практика (по профилю специальности)	5 нед.
ПП.01	Исполнительская практика	4 нед.
ПП.02	Педагогическая практика	1 нед.
ПДП.00	Производственная практика (преддипломная)	1 нед.
«Оркестровые духовые и ударные инструменты»		
Индекс дисциплины, профессионального	Наименование циклов, разделов и программ	Максимальная

модуля, практики по ФГОС		учебная нагрузка (час.)
ОД.00	Общеобразовательный учебный цикл	2106
ОД.01	Учебные дисциплины	1188
ОД.01.01	Иностранный язык	162
ОД.01.02	Обществознание	60
ОД.01.03	Математика и информатика	156
ОД.01.04	Естествознание	138
ОД.01.05	География	54
ОД.01.06	Физическая культура (адаптивная)	216
ОД.01.07	Основы безопасности жизнедеятельности	108
ОД.01.08	Русский язык	108
ОД.01.09	Литература	186
ОД.02	Профильные учебные дисциплины	918
ОД.02.01	История мировой культуры	216
ОД.02.02	История	162
ОД.02.02	Народная музыкальная культура	54
ОД.02.04	Музыкальная литература (зарубежная и отечественная)	486
	Обязательная часть циклов ППССЗ	4224
ОГСЭ.00	Общий гуманитарный и социально-экономический цикл	531
ОГСЭ.01	Основы философии	59
ОГСЭ.02	История	59
ОГСЭ.03	Психология общения	59
ОГСЭ.04	Иностранный язык	146
ОГСЭ.05	Физическая культура (адаптивная)	208
П.00	Профессиональный учебный цикл	3693
ОП.00	Общепрофессиональные дисциплины	1222
ОП.01	Музыкальная литература (зарубежная и отечественная)	157
ОП.02	Сольфеджио	429
ОП.03	Элементарная теория музыки	108
ОП.04	Гармония	264
ОП.05	Анализ музыкальных произведений	57
ОП.06	Музыкальная информатика	105
ОП.07	Безопасность жизнедеятельности	102
ПМ.00	Профессиональные модули	2471
ПМ.01	Исполнительская деятельность	1672
МДК.01.01	Специальный инструмент	751
	Специальный инструмент	643
	Чтение с листа по специальности	108
МДК.01.02	Ансамблевое исполнительство	342
	Ансамблевое исполнительство	215
	Камерный ансамбль	127
МДК.01.03	Дирижирование, чтение оркестровых партитур	159
	Дирижирование	106
	чтение оркестровых партитур	53
МДК.01.04	Дополнительный инструмент – фортепиано	186
МДК.01.05	История исполнительского искусства, инструментоведение, изучение родственных инструментов	234
	История исполнительского искусства	117

	инструментоведение	60
	изучение родственных инструментов	57
ПМ.02	Педагогическая деятельность	799
МДК.02.01.	Педагогические основы преподавания творческих дисциплин	375
	Основы педагогики	108
	Основные системы музыкального образования	108
	Возрастная психология	54
	Основы организации учебного процесса	48
	Основы психологии музыкального восприятия	57
МДК.02.02.	Учебно-методическое обеспечение учебного процесса	424
	Методика обучения игре на инструменте	168
	Физическая культура (ритмика)	57
	Изучение методической литературы по вопросам педагогики и методики	118
	Изучение педагогического репертуара	81
	Практика	
УП.00	Учебная практика	1392
УП.01	Оркестр	1287
УП.02	Учебная практика по педагогической работе	105
ПП.00	Производственная практика (по профилю специальности)	5 нед.
ПП.01	Исполнительская практика	4 нед.
ПП.02	Педагогическая практика	1 нед.
ПДП.00	Производственная практика (преддипломная)	1 нед.

«Инструменты народного оркестра»

Индекс дисциплины, профессионального модуля, практики по ФГОС	Наименование циклов, разделов и программ	Максимальная учебная нагрузка (час.)
ОД.00	Общеобразовательный учебный цикл	2106
ОД.01	Учебные дисциплины	1188
ОД.01.01	Иностранный язык	162
ОД.01.02	Обществознание	60
ОД.01.03	Математика и информатика	156
ОД.01.04	Естествознание	138
ОД.01.05	География	54
ОД.01.06	Физическая культура (адаптивная)	216
ОД.01.07	Основы безопасности жизнедеятельности	108
ОД.01.08	Русский язык	108
ОД.01.09	Литература	186
ОД.02	Профильные учебные дисциплины	918
ОД.02.01	История мировой культуры	216
ОД.02.02	История	162
ОД.02.02	Народная музыкальная культура	54
ОД.02.04	Музыкальная литература (зарубежная и отечественная)	486
	Обязательная часть циклов ИПССЗ	4134
ОГСЭ.00	Общий гуманитарный и социально-экономический цикл	531
ОГСЭ.01	Основы философии	59
ОГСЭ.02	История	59
ОГСЭ.03	Психология общения	59

ОГСЭ.04	Иностранный язык	146
ОГСЭ.05	Физическая культура (адаптивная)	208
П.00	Профессиональный учебный цикл	3603
ОП.00	Общепрофессиональные дисциплины	1246
ОП.01	Музыкальная литература (зарубежная и отечественная)	157
ОП.02	Сольфеджио	372
ОП.03	Элементарная теория музыки	108
ОП.04	Гармония	264
ОП.05	Анализ музыкальных произведений	57
ОП.06	Музыкальная информатика	81
ОП.07	Безопасность жизнедеятельности	102
ОП.08	Музыка XX века	105
ПМ.00	Профессиональные модули	2357
ПМ.01	Исполнительская деятельность	1593
МДК.01.01	Специальный инструмент	751
	Специальный инструмент	643
	Чтение с листа по специальности	108
МДК.01.02	Ансамблевое исполнительство	219
МДК.01.03	Концертмейстерский класс	107
МДК.01.04	Дополнительный инструмент - фортепиано	186
МДК.01.05	Дирижирование, чтение оркестровых партитур	1356
	Изучение оркестровых партий	24
	Дирижирование	84
	Чтение оркестровых партитур	28
МДК.01.06	История исполнительского искусства, инструментоведение, изучение родственных инструментов	194
	История исполнительского искусства,	53
	инструментоведение, инструментовка	84
	изучение родственных инструментов	57
ПМ.02	Педагогическая деятельность	764
МДК.02.01.	Педагогические основы преподавания творческих дисциплин	384
	Основы педагогики	108
	Основные системы музыкального образования	108
	Возрастная психология	54
	Основы организации учебного процесса	57
	Основы психологии музыкального восприятия	57
МДК.02.02.	Учебно-методическое обеспечение учебного процесса	380
	Методика обучения игре на инструменте	156
	Изучение репертуара ДМШ и ДШИ	83
	Физическая культура (ритмика)	57
	Изучение методической литературы по вопросам педагогики и методики	84
	Практика	
УП.00	Учебная практика	1482
УП.01	Оркестр	1235
УП.02	Концертмейстерская подготовка	82
УП.03	Учебная практика по педагогической работе	165
ПП.00	Производственная практика (по профилю специальности)	5 нед.
ПП.01	Исполнительская практика	4 нед.
ПП.02	Педагогическая практика	1 нед.

ПДП.00	Производственная практика (преддипломная)	1 нед.
---------------	--	---------------

Для АОП ППКРС по специальности: 53.02.04 «Вокальное искусство»

Индекс дисциплины, профессионального модуля, практики по ФГОС	Наименование циклов, разделов и программ	Максимальная учебная нагрузка (час.)
ОД.00	Общеобразовательный учебный цикл	2106
ОД.01	Учебные дисциплины	1188
ОД.01.01	Иностранный язык	162
ОД.01.02	Обществознание	60
ОД.01.03	Математика и информатика	156
ОД.01.04	Естествознание	138
ОД.01.05	География	54
ОД.01.06	Физическая культура (адаптивная)	216
ОД.01.07	Основы безопасности жизнедеятельности	108
ОД.01.08	Русский язык	108
ОД.01.09	Литература	186
	Профильные учебные дисциплины	918
ОД.02.01	История мировой культуры	216
ОД.02.02	История	162
ОД.02.02	Народная музыкальная культура	54
ОД.02.04	Музыкальная литература (зарубежная и отечественная)	486
	Обязательная часть циклов ППССЗ	4374
ОГСЭ.00	Общий гуманитарный и социально-экономический учебный цикл	588
ОГСЭ.01	Основы философии	59
ОГСЭ.02	История	59
ОГСЭ.03	Психология общения	59
ОГСЭ.04	Иностранный язык	146
ОГСЭ.05	Физическая культура (адаптивная)	265
П.00	Профессиональный учебный цикл	3786
ОП.00	Общепрофессиональные дисциплины	1443
ОП.01	Музыкальная литература (зарубежная и отечественная)	158
ОП.02	Сольфеджио	429
ОП.03	Музыкальная грамота	108
ОП.04	Элементарная теория музыки	108
ОП.05	Гармония	156
ОП.06	Анализ музыкальных произведений	57
ОП.07	Музыкальная информатика	108
ОП.08	Безопасность жизнедеятельности	102
ОП.09	Хоровое сольфеджио	108
ОП.10	Музыка XX века	10910
ПМ.00	Профессиональные модули	2343
ПМ.01	Исполнительская и репетиционно-концертная деятельность	1770
МДК.01.01	Сольное камерное и оперное исполнительство	906
	Сольное камерное и оперное исполнительство	858
	История исполнительства	48
МДК.01.02	Ансамблевое камерное и оперное исполнительство	320
МДК.01.03	Фортепиано, чтение с листа	400
	Фортепиано	214

	Аkkомпанемент, чтение с листа	186
МДК.01.04	Сценическая подготовка	144
	Сценическое мастерство	60
	Предметы по выбору: Дирижирование/Доп. инструмент/ Ведущий концертной программы/Музыкальная звукорежиссура	84
ПМ.02	Педагогическая деятельность	573
МДК.02.01.	Педагогические основы преподавания творческих дисциплин	387
	Основы педагогики	108
	Основные системы музыкального образования	108
	Возрастная психология	54
	Основы организации учебного процесса	60
	Основы психологии музыкального восприятия	57
МДК.02.02.	Учебно-методическое обеспечение учебного процесса	186
	Методика преподавания вокальных дисциплин	105
	Изучение методической литературы по вопросам педагогики и методики	81
	Практика	
УП.00	Учебная практика	1242
УП.01	Сценическая речь	54
УП.02.	Сценическая подготовка	137
УП.03.	Сценическое движение	30
УП.04.	Мастерство актёра	160
УП.05.	Хоровое исполнительство	804
УП.06.	Методика преподавания вокальных дисциплин, в том числе учебная практика по педагогической работе	57
ПП.00	Производственная практика (по профилю специальности)	5 нед.
ПП.01	Исполнительская практика	4 нед.
ПП.02	Педагогическая практика	1 нед.
ПДП.00	Производственная практика (преддипломная)	1 нед.

Для АОП ППКРС по специальности: 53.02.06 «Хоровое дирижирование»

Индекс дисциплины, профессионального модуля, практики по ФГОС	Наименование циклов, разделов и программ	Максимальная учебная нагрузка (час.)
ОД.00	Общеобразовательный учебный цикл	2106
ОД.01	Учебные дисциплины	1188
ОД.01.01	Иностранный язык	162
ОД.01.02	Обществознание	60
ОД.01.03	Математика и информатика	156
ОД.01.04	Естествознание	138
ОД.01.05	География	54
ОД.01.06	Физическая культура (адаптивная)	216
ОД.01.07	Основы безопасности жизнедеятельности	108
ОД.01.08	Русский язык	108
ОД.01.09	Литература	186
	Профильные учебные дисциплины	918
ОД.02.01	История мировой культуры	216
ОД.02.02	История	162

ОД.02.02	Народная музыкальная культура	54
ОД.02.04	Музыкальная литература (зарубежная и отечественная)	486
	Обязательная часть учебных циклов ППССЗ	4330
ОГСЭ.00	Общий гуманитарный и социально-экономический цикл	531
ОГСЭ.01	Основы философии	59
ОГСЭ.02	История	59
ОГСЭ.03	Психология общения	59
ОГСЭ.04	Иностранный язык	146
ОГСЭ.05	Физическая культура (адаптивная)	208
П.00	Профессиональный учебный цикл	3799
ОП.00	Общепрофессиональные дисциплины	1252
ОП.01	Музыкальная литература (зарубежная и отечественная)	157
ОП.02	Сольфеджио	429
ОП.03	Элементарная теория музыки	108
ОП.04	Гармония	240
ОП.05	Анализ музыкальных произведений	57
ОП.06	Музыкальная информатика	57
ОП.07	Безопасность жизнедеятельности	102
ОП.08	Музыка XX века	48
ОП.09	Хоровое сольфеджио	54
ПМ.00	Профессиональные модули	2547
ПМ.01	Дирижёрско-хоровая деятельность	1959
МДК.01.01	Дирижирование, чтение хоровых партитур, хороведение	751
	Дирижирование,	429
	чтение хоровых партитур,	214
	хороведение	108
МДК.01.02	Фортепиано, аккомпанемент и чтение с листа	429
	Фортепиано,	321
	Аккомпанемент, чтение с листа	108
МДК.01.03	Постановка голоса, вокальный ансамбль	779
	Постановка голоса	351
	Вокальный ансамбль	428
ПМ.02	Педагогическая деятельность	588
МДК.02.01	Педагогические основы преподавания творческих дисциплин	276
	Основы педагогики	84
	Возрастная психология	54
	Хоровая литература	81
	Основы психологии музыкального восприятия	57
МДК.02.02	Учебно-методическое обеспечение учебного процесса	312
	Изучение репертуара детских хоров	57
	Аранжировка для ансамбля и хора	54
	Методика преподавания хоровых дисциплин	84
	Методика преподавания сольфеджио	60
	Физическая культура (ритмика)	57
	Практика	
УП.00	Учебная практика	1286
УП.01	Хоровой класс	1179
УП.02.	Учебная практика по педагогической работе	107
ПП.00	Производственная практика (по профилю)	5 нед.

	специальности)	
ПП.01	Исполнительская практика	4 нед.
ПП.02	Педагогическая практика	1 нед.
ПДП.00	Производственная практика (преддипломная)	1 нед.

Для АОП ППКРС по специальности: 53.02.07 «Теория музыки»

Индекс дисциплины, профессионального модуля, практики по ФГОС	Наименование циклов, разделов и программ	Максимальная учебная нагрузка (час.)
ОД.00	Общеобразовательный учебный цикл	2106
ОД.01	Учебные дисциплины	1188
ОД.01.01	Иностранный язык	162
ОД.01.02	Обществознание	60
ОД.01.03	Математика и информатика	156
ОД.01.04	Естествознание	138
ОД.01.05	География	54
ОД.01.06	Физическая культура (адаптивная)	216
ОД.01.07	Основы безопасности жизнедеятельности	108
ОД.01.08	Русский язык	108
ОД.01.09	Литература	186
	Профильные учебные дисциплины	918
ОД.02.01	История мировой культуры	216
ОД.02.02	История	162
ОД.02.02	Народная музыкальная культура	54
ОД.02.04	Музыкальная литература (зарубежная и отечественная)	486
	Обязательная часть циклов ППССЗ	4593
ОГСЭ.00	Общий гуманитарный и социально-экономический учебный цикл	531
ОГСЭ.01	Основы философии	59
ОГСЭ.02	История	59
ОГСЭ.03	Психология общения	59
ОГСЭ.04	Иностранный язык	146
ОГСЭ.05	Физическая культура (адаптивная)	208
П.00	Профессиональный учебный цикл	4062
ОП.00	Общепрофессиональные дисциплины	2604
ОП.01	Музыкальная литература (зарубежная и отечественная)	459
ОП.02	Сольфеджио	480
ОП.03	Элементарная теория музыки	108
ОП.04	Гармония	264
ОП.05	Анализ музыкальных произведений	138
ОП.06	Народное музыкальное творчество	54
ОП.07	Современная гармония	105
ОП.08	Полифония	105
ОП.09	Фортепиано	429
ОП.10	Безопасность жизнедеятельности	108
ОП.11	Физическая культура (ритмика)	57
ОП.12	Инструментоведение	54
ОП.13	Чтение с листа на фортепиано	108
ОП.14	Музыкальное содержание	60
ОП.15	Музыка XX века	81
ПМ.00	Профессиональные модули	1458

ПМ.01	Педагогическая деятельность	704
МДК.01.01	Педагогические основы преподавания теоретических дисциплин	384
	Основы педагогики	108
	Возрастная психология	54
	Основы психологии музыкального восприятия	57
	Педагогические основы преподавания музыкальной литературы	108
	Основы организации учебного процесса	57
МДК.01.02	Учебно-методическое обеспечение учебного процесса	320
	Основные системы музыкального образования	48
	Методика преподавания сольфеджио	108
	Методика преподавания ритмики	53
	Методика преподавания фортепиано	57
	Изучение методической литературы по вопросам педагогики и методики	54
ПМ.02	Организационная, музыкально-просветительская репетиционно-концертная деятельность в творческом коллективе	613
МДК.02.01.	Основы организационной деятельности	105
	Основы менеджмента и связи с общественностью	52
	Основы дирижёрской деятельности	53
МДК.02.02.	Основы музыкально-просветительской и творческой деятельности	508
	Музыкальная информатика	54
	Цифровые музыкальные технологии	54
	Музейное и лекторское дело	48
	Предметы по выбору: Постановка голоса / Основы композиции / Дополнительный инструмент/ Музыкальная звукорежиссура	268
	Риторика	30
	Основы сценической речи и актёрского мастерства	54
ПМ.03	Корреспондентская деятельность в средствах массовой информации сферы музыкальной культуры	141
МДК.03.01.	Основы журналистской деятельности в области музыкального искусства	141
	Музыкальная, теле- и радиожурналистика	57
	Основы музыкальной критики, литературного и музыкального редактирования	84
	Практика	
УП.00	Учебная практика	1023
УП.01	Музыкальная литература (в том числе учебная практика по педагогической работе)	265 83
УП.02.	Гармония	132
УП.03.	Анализ музыкальных произведений	106
УП.04.	Полифония	57
УП.05.	Сольфеджио и ритмика (в том числе учебная практика по педагогической работе)	326
УП.06.	Инструментовка	54

ПП.00	Производственная практика (по профилю специальности)	5 нед.
ПП.01	Производственная практика (исполнительская)	4 нед.
ПП.02	Производственная практика (педагогическая)	1 нед.
ПДП.00	Производственная практика (преддипломная)	1 нед.

Для АОП ППКРС по специальности: 53.02.01 «Музыкальное образование»

Базовая подготовка

Индекс дисциплины, профессионального модуля, практики по ФГОС	Наименование циклов, разделов и программ	Максимальная учебная нагрузка (час.)
ОД.00	Общеобразовательный учебный цикл	2106
ОД.01	Учебные дисциплины	1242
ОД.01.01	Иностранный язык	216
ОД.01.02	Обществознание	60
ОД.01.03	Математика и информатика	156
ОД.01.04	Естествознание	138
ОД.01.05	География	54
ОД.01.06	Физическая культура (адаптивная)	216
ОД.01.07	Основы безопасности жизнедеятельности	108
ОД.01.08	Русский язык	108
ОД.01.09	Литература	186
ОД.02	Профильные учебные дисциплины	864
ОД.02.01	История мировой культуры	216
ОД.02.02	История	162
ОД.02.03	Музыкальная литература (зарубежная и отечественная)	486
	Обязательная часть учебных циклов ППССЗ	5022
ОГСЭ.00	Общий гуманитарный и социально-экономический цикл	702
ОГСЭ.01	Основы философии	58
ОГСЭ.02	История	58
ОГСЭ.03	Иностранный язык	214
ОГСЭ.04	Физическая культура (адаптивная)	372
ЕН.00	Математический и общий естественнонаучный цикл	114
ЕН.01.	Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности	114
П.00	Профессиональный учебный цикл	4206
ОП.00	Общепрофессиональные дисциплины	1406
ОП.01	Педагогика	108
ОП.02	Психология	54
	Возрастная психология	48
	Психология музыкального восприятия	57
ОП.03	Возрастная анатомия, физиология, гигиена	48
ОП.04	Правовое обеспечение профессиональной деятельности	57
ОП.05	История музыки и музыкальная литература	105
ОП.06	Элементарная теория музыки, гармония	186
ОП.07	Анализ музыкальных произведений	57
ОП.08	Сольфеджио	297
ОП.09	Ритмика и основы хореографии	105

ОП.10	Безопасность жизнедеятельности	102
ОП. 11	Музыка XX века	105
ОП.12	Коррекционная и специальная педагогика	77
ПМ	Профессиональные модули	2800
ПМ.01	Организация музыкальных занятий и музыкального досуга в дошкольной образовательной организации	102
МДК.01.01	Теоретические и методические основы музыкального образования детей в дошкольной образовательной организации	48
	Методика музыкального воспитания по педагогическим принципам К. Орфа	54
ПМ.02.	Преподавание музыки и организация внеурочных музыкальных мероприятий в общеобразовательных организациях	132
МДК.02.01	Теоретические и методические основы музыкального образования детей в общеобразовательных организациях	132
ПМ.03	Педагогическая музыкально-исполнительская деятельность	2514
МДК.03.01	Вокальный класс	428
МДК.03.02	Хоровой класс и управление хором:	1250
	Хоровой класс	713
	Вокальный ансамбль	215
	Хоровое дирижирование	162
	Хороведение	52
	Изучение педагогического репертуара	108
МДК.03.03	Музыкально-инструментальный класс	836
	Основной инструмент	429
	Аккомпанемент	137
	Подбор по слуху на фортепиано	78
	Работа на синтезаторе	84
	Предметы по выбору: Доп. инструмент/Вокальный класс/Малые формы ансамбля/Хоровое дирижирование/Музыкальная режиссура	108
ПМ.04	Методическое обеспечение процесса музыкального образования	52
МДК.04.01	Основы методической работы учителя музыки и музыкального руководителя	52
	Практика	576
УП.00	Учебная практика	304
УП.01	ЭТМ в общеобразовательных учреждениях	36
УП.02	Основы дисциплины Гармония в общеобразовательных учреждениях	72
УП.03	Сольфеджио на музыкальных занятиях в ДОУ	124
УП.04	Хоровое дирижирование	72
ПП.00	Производственная практика (по профилю специальности)	272
ПП.01	Практика в дошкольных образовательных учреждениях	72
ПП.02	Практика в общеобразовательных учреждениях	96
ПП.03	Практика музыкального воспитания по педагогическим принципам К. Орфа	52
ПП.04	Вокально-хоровая практика	36

ПП.05	Практика по организации методической деятельности учителя музыки и музыкального руководителя	16
-------	--	----

Углубленная подготовка

Индекс дисциплины, профессионального модуля, практики по ФГОС	Наименование циклов, разделов и программ	Максимальная учебная нагрузка (час.)
	Обязательная часть учебных циклов ППССЗ	7128
ОГСЭ.00	Общий гуманитарный и социально-экономический цикл	1008
ОГСЭ.01	Основы философии	58
ОГСЭ.02	Психология общения	58
ОГСЭ.03	История	58
ОГСЭ.04	Иностранный язык	306
ОГСЭ.05	Физическая культура (адаптивная)	528
ЕН.00	Математический и общий естественнонаучный цикл	186
ЕН.01	Информатика и информационно-коммуникационные технологии (ИКТ) в профессиональной деятельности	114
ЕН.02	Компьютерные технологии в музыке	72
П.00	Профессиональный учебный цикл	5934
ОП.00	Общепрофессиональные дисциплины	1948
ОП.01	Педагогика	108
ОП.02	Психология Возрастная психология Психология музыкального восприятия	54 48 57
ОП.03	Возрастная анатомия, физиология, гигиена	54
ОП.04	Правовое обеспечение профессиональной деятельности	57
ОП.05	История музыки и музыкальная литература	319
ОП.06	Элементарная теория музыка, гармония	210
ОП.07	Анализ музыкальных произведений	57
ОП.08	Сольфеджио	268
ОП.09	Ритмика и основы хореографии	108
ОП.10	Безопасность жизнедеятельности	102
ОП.11	Музыка XX века	105
ОП.12	Коррекционная и специальная педагогика	77
ОП.13	Основы сценической речи	108
ОП.14	Введение в специальность	108
ОП.14	Основные системы музыкального образования	108
ПМ	Профессиональные модули	3986
ПМ.01	Организация музыкальных занятий и музыкального досуга в дошкольных образовательных организациях	162
МДК.01.01	Теоретические и методические основы музыкального образования детей в дошкольных образовательных организациях	108
	Методика музыкального воспитания по педагогическим принципам К. Орфа	54
ПМ.02.	Преподавание музыки и организация внеурочной музыкальной деятельности в общеобразовательных организациях	321

МДК.02.01	Теоретические и методические основы музыкального образования детей в общеобразовательных организациях	165
МДК.02.02	Теория и методика организации деятельности школьного самостоятельного музыкального объединения	156
ПМ.03	Педагогическая музыкально-исполнительская деятельность	3326
МДК.03.01	Вокальный класс	429
МДК.03.02	Хоровой класс и управление хором:	1924
	Хоровой класс	804
	Вокальный ансамбль	429
	Хоровое дирижирование	162
	Хороведение	48
	Изучение педагогического репертуара	108
	Совершенствование дирижёрского аппарата	105
	Эстрадный ансамбль	268
МДК.03.03	Музыкально-инструментальный класс	913
	Основной инструмент	429
	Аккомпанемент	214
	Подбор по слуху на фортепиано	78
	Работа на синтезаторе	84
	Предметы по выбору: Доп. инструмент/Вокальный класс/Малые формы ансамбля/ Музыкальная режиссура	108
МДК.03.04	Аранжировка музыкальных произведений	60
ПМ.04	Методическое обеспечение процесса музыкального образования	177
МДК.04.01	Теоретические и прикладные аспекты методической работы учителя музыки и музыкального руководителя	177
	Практика	648
УП.00	Учебная практика	359
УП.01	История музыки и музыкальная литература в общеобразовательных учреждениях	108
УП.02	Элементарная теория музыки, гармония в исполнительском классе	108
УП.03	Сольфеджио на музыкальных занятиях в ДОУ	143
ПП.00	Производственная практика (по профилю специальности)	289
ПП.01	Практика в дошкольных образовательных организациях	72
ПП.02	Практика в общеобразовательных организациях	110
ПП.03	Практика музыкального воспитания по педагогическим принципам К. Орфа	56
ПП.04	Вокально-хоровая практика	32
ПП.05.	Практика по организации методической деятельности учителя музыки и музыкального руководителя	19

При реализации адаптивных программ в рамках АОП предусмотрены специальные требования:

- оборудование учебного кабинета для обучающихся с нарушениями зрения видео увеличителем;
- информационное обеспечение обучения, включающее предоставление учебных материалов в различных формах;
- обеспечение выпуска альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт или аудиофайлы)
- формы и методы контроля и оценки результатов обучения адаптированы для обучающихся

инвалидов и обучающихся с ОВЗ.

3.3. Рабочая программа адаптированной учебной дисциплины «Физическая культура» находится в приложении 1-5.

3.4. Рабочие программы дисциплин адаптационного учебного цикла

Рабочие программы адаптационных дисциплин составляются в том же формате, что и все рабочие программы других дисциплин согласно методическим рекомендациям по разработке и оформлению рабочих программ учебных дисциплин и профессиональных модулей.

Зачисление на обучение по адаптированной образовательной программе осуществляется по личному заявлению поступающего инвалида или поступающего с ограниченными возможностями здоровья на основании рекомендаций, данных по результатам медико-социальной экспертизы (розовая справка) или психолого-медико-педагогической комиссии (до 18 лет). Также возможен перевод обучающегося инвалида или обучающегося с ограниченными возможностями здоровья на адаптированную образовательную программу в процессе обучения.

Рабочие программы адаптивных дисциплин Физическая культура представлены в Приложении (1-5).

4. Контроль и оценка результатов освоения адаптированной образовательной программы

В соответствии с ФГОС СПО по специальностям: 53.02.03 Инструментальное исполнительство (по видам инструментов) (53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Фортепиано», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые струнные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые духовые и ударные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Инструменты народного оркестра»); 53.02.04 «Вокальное искусство»; 53.02.06 «Хоровое дирижирование»; 53.02.07 «Теория музыки»; 53.02.01 «Музыкальное образование» оценка качества освоения обучающимися АОП СПО ППКРС включает текущий контроль успеваемости, промежуточную и государственную итоговую аттестацию обучающихся с соматическими нарушениями.

4.1. Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация обучающихся

Конкретные формы и процедуры текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся с ОВЗ и инвалидностью устанавливаются педагогами самостоятельно с учетом ограничений здоровья. Их доводят до сведения обучающихся с соматическими нарушениями не позднее первых двух месяцев от начала обучения.

Для обучающегося с соматическими нарушениями проводится входной контроль, назначение которого состоит в определении его способностей, особенностей восприятия и готовности к освоению учебного материала. Форма входного контроля для обучающихся с соматическими нарушениями устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования).

Текущий контроль успеваемости осуществляется преподавателем с обучающимся с нарушениями зрения в процессе проведения практических занятий, а также выполнения индивидуальных работ и домашних заданий, или в режиме тренировочного тестирования в целях получения информации о выполнении обучаемым требуемых действий в процессе учебной деятельности; правильности выполнения требуемых действий; соответствии формы действия данному этапу усвоения учебного материала; формировании действия с должной мерой обобщения, освоения (в том числе автоматизированности, быстроты выполнения). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа.

Текущий контроль успеваемости для обучающихся с соматическими нарушениями имеет большое значение, поскольку позволяет своевременно выявить затруднения и отставание в обучении и внести коррективы в учебную деятельность.

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется в форме зачетов и экзаменов. Форма промежуточной аттестации для обучающихся с соматическими нарушениями установлена с учетом индивидуальных психофизических особенностей (письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования).

При необходимости предусматривается для них увеличение времени на подготовку к зачетам и экзаменам, а также предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете/экзамене.

Возможно установление индивидуальных графиков прохождения промежуточной аттестации обучающимися с нарушениями зрения. При необходимости для слабовидящих обучающихся промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов. Для этого рекомендуется использовать

рубежный контроль, который является контрольной точкой по завершению изучения раздела или темы дисциплины, междисциплинарного курса, практик и ее разделов с целью оценивания уровня освоения программного материала.

Формы и срок проведения рубежного контроля определяются преподавателем с учетом индивидуальных психофизических особенностей обучающихся с нарушениями зрения. Для оценки качества подготовки обучающихся и выпускников по профессиональным модулям привлекаются в качестве внештатных экспертов работодатели.

Для обучения инвалидов и лиц с ОВЗ по зрению, прежде всего, требуется строгая дозировка зрительной нагрузки (остаточного зрения) во избежание чрезмерного переутомления и снижения остроты зрения обучающегося («не навреди»). Второй в наше время по значимости среди вопросов профессионального обучения, как правило, выделяется тема технических средств обеспечения комфортного доступа к образованию среди которых: оптические средства коррекции, электрооптические средства, принтеры и флотеры больших знаков, расширители полей зрения.

Специфика обучения слепых и слабовидящих студентов заключается в основном в следующем:

- дозирование учебных нагрузок;
- применение специальных форм и методов обучения, оригинальных учебников и наглядных пособий, а также оптических и тифлопедагогических устройств, расширяющих познавательные возможности студентов;
- специальное оформление учебных кабинетов;
- организация лечебно-восстановительной работы;
- усиление работы по социально-трудовой адаптации.

Во время проведения занятий следует чаще переключать обучающихся с одного вида деятельности на другой. Во время проведения занятия педагоги должны учитывать допустимую продолжительность непрерывной зрительной нагрузки для слабовидящих студентов. К дозированию зрительной работы надо подходить строго индивидуально.

Искусственная освещенность помещений, в которых занимаются студенты с пониженным зрением, должна составлять от 500 до 1000 лк. Поэтому рекомендуется использовать крепящиеся на столе лампы. Свет должен падать с левой стороны или прямо.

Ключевым средством социальной и профессиональной реабилитации людей с нарушениями зрения, способствующим их успешной интеграции в социум, являются информационно-коммуникационные технологии (ИКТ). Обучение людей с нарушениями зрения с применением ИКТ в последнее время приобретает массовый характер.

Проблемы доступа к визуальной информации для незрячих пользователей могут быть компенсированы посредством предоставления информации в аудиальной и кинестетической модальностях.

В настоящее время ИКТ сделали доступными для незрячих людей целый ряд современных профессий и значительно ускорили процесс повышения их профессионального уровня, предоставили им равные возможности трудоустройства. Таким образом, освоение ИКТ для незрячих является не только способом приобретения новых знаний, но и методом овладения одним из важнейших инструментов их социальной и профессиональной реабилитации.

В качестве механизма, компенсирующего недостатки зрительного восприятия, у слабовидящих лиц выступают слуховое и осязательное восприятия. Лица с нарушениями зрения уступают лицам с нормальным зрением в точности и оценке движений, степени мышечного напряжения в процессе освоения и выполнения заданий.

При слабовидении страдает скорость зрительного восприятия; нарушение бинокулярного зрения (полноценного видения двумя глазами) у слабовидящих может приводить к так называемой пространственной слепоте (нарушению восприятия перспективы и глубины пространства), что важно при черчении и чтении чертежей.

Для усвоения информации слабовидящим требуется большее количество повторений и тренировок.

При лекционной форме занятий слабовидящим следует разрешить использовать звукозаписывающие устройства и компьютеры, как способ конспектирования, во время занятий.

Информацию необходимо представлять исходя из специфики слабовидящего студента: крупный шрифт (16 - 18 размер), дисковый накопитель (чтобы прочитать с помощью компьютера со звуковой программой), аудиофайлы.

Всё записанное на доске должно быть озвучено. Необходимо комментировать жесты и надписи на доске и передавать словами то, что часто выражается мимикой и жестами.

При чтении вслух необходимо сначала предупредить об этом. Не следует заменять чтение пересказом.

В построении предложений не нужно использовать расплывчатых определений и описаний, которые обычно сопровождаются жестами, выражений вроде: «предмет находится где-то там, на столе, это поблизости от вас...». Старайтесь быть точным: «Предмет справа от вас».

При работе со слабовидящими возможно использование сети Интернет, подачи материала на принципах мультимедиа, использование «on-line» семинаров и консультаций, консультаций в режиме «off-line» посредством электронной почты.

4.2. Организация государственной итоговой аттестации выпускников инвалидов и выпускников с ограниченными возможностями здоровья

Государственная итоговая аттестация выпускников, завершающих обучение по профессии СПО, является обязательной и осуществляется после освоения адаптированной образовательной программы в полном объеме.

Государственная итоговая аттестация выпускников с нарушениями зрения проводится в соответствии с Порядком проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего профессионального образования.

Выпускники или родители (законные представители) несовершеннолетних выпускников не позднее чем за 3 месяца до начала государственной итоговой аттестации подают письменное заявление о необходимости создания для них специальных условий при проведении государственной итоговой аттестации.

В специальные условия могут входить:

- предоставление отдельной аудитории;
- увеличение времени для подготовки ответа;
- присутствие ассистента, оказывающего необходимую техническую помощь;
- выбор формы предоставления инструкции по порядку проведения государственной итоговой аттестации;
- формы предоставления заданий и ответов (письменно на бумаге, письменно на компьютере, с использованием услуг ассистента);
- использование специальных технических средств;
- предоставление перерыва для приема пищи, лекарств и др.

Для проведения государственной итоговой аттестации разрабатывается программа, определяющая требования к содержанию, объему и структуре выпускной квалификационной работы, а также к процедуре ее защиты. Образовательная организация определяет требования к процедуре проведения государственной итоговой аттестации с учетом особенностей ее проведения для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Государственная итоговая аттестация по специальностям: 53.02.03 Инструментальное исполнительство (по видам инструментов) (53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Фортепиано», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые струнные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые духовые и ударные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Инструменты народного оркестра»); 53.02.04 «Вокальное искусство»; 53.02.06 «Хоровое дирижирование»; 53.02.07 «Теория музыки»; 53.02.01 «Музыкальное образование» проводится в форме защиты выпускной квалификационной работы.

Процедура защиты выпускной квалификационной работы для выпускников с нарушением зрения может предусматривать предоставление необходимых технических средств и при необходимости оказание технической помощи.

5. Обеспечение специальных условий для обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

5.1. Кадровое обеспечение

Учреждение располагает необходимым кадровым обеспечением для работы с обучающимися с соматическими нарушениями. Согласно штатному расписанию, все преподавательские ставки по профессии обеспечиваются штатными педагогами.

К обучающимся с ОВЗ и инвалидностью по необходимости может быть приставлен сопровождающий. Его целью является обеспечение комплексного психолого - педагогического и медико-социального сопровождения обучающихся с ОВЗ как органической составляющей профессионального образования и

профессионального обучения.

Работа педагога - психолога с данной категорией лиц заключается в создании благоприятного психологического климата, формировании условий. Стимулирующих личностный и профессиональный рост, обеспечении психологической защищенности обучающихся, поддержке и укреплении их психического здоровья.

Социальный педагог осуществляет социальную защиту, выявляет потребности обучающихся с ОВЗ и инвалидностью и их семей в сфере социальной поддержки, при необходимости сопровождает к специалистам и на реабилитационные мероприятия, участвует в установленном законодательством Российской Федерации порядке в мероприятиях по обеспечению защиты прав и законных интересов ребенка в государственных органах и органах местного самоуправления.

Методисты Колледжа участвуют в разработке и реализации АОП СПО, разрабатывают рабочие программы адаптационных дисциплин, проводятся обучения на курсах повышения квалификации педагогов с целью ознакомления с психофизиологическими особенностями слабовидящих обучающихся, овладению педагогическими технологиями инклюзивного образования и методами их использования в работе.

Педагоги-психологи оказывают консультативную и методическую помощь семьям обучающихся с ОВЗ и инвалидностью по вопросам получения профессионального образования в сфере инклюзии.

В инклюзивных группах проводятся индивидуальные консультации по учебным дисциплинам, профессиональным модулям, которые способствуют индивидуализации профессионального образования и установлению контакта между преподавателем (мастером производственного обучения) и обучающимся с нарушением зрения. Индивидуальная работа осуществляется по двум формам взаимодействия с педагогами Учреждения: индивидуальная учебная работа - консультации и индивидуальная воспитательная работа.

5.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

Адаптированная образовательная программа обеспечена учебно - методической документацией по всем дисциплинам, междисциплинарным курсам и профессиональным модулям в соответствии с ФГОС СПО по специальностям: 53.02.03 Инструментальное исполнительство (по видам инструментов) (53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Фортепиано», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые струнные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые духовые и ударные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Инструменты народного оркестра»); 53.02.04 «Вокальное искусство»; 53.02.06 «Хоровое дирижирование»; 53.02.07 «Теория музыки»; 53.02.01 «Музыкальное образование»

Доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося инвалида или обучающегося с ОВЗ обеспечен предоставлением ему не менее чем одного учебного, методического печатного и/или электронного издания по каждой дисциплине, междисциплинарному курсу, профессиональному модулю в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья (включая электронные базы периодических изданий).

Для обучающихся инвалидов и обучающихся с ОВЗ комплектация библиотечного фонда осуществляется электронными изданиями основной и дополнительной учебной литературы по дисциплинам всех учебных циклов, изданной за последние 5 лет. Библиотечный фонд помимо учебной литературы включает официальные, справочно-библиографические и периодические издания и обеспечивает к ним доступ обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья с использованием специальных технических и программных средств.

Обучающиеся с нарушениями зрения, в отличие от остальных, имеют свои специфические особенности восприятия, переработки материала, выполнения промежуточных и итоговых форм контроля знаний. Они обеспечены печатными и электронными образовательными ресурсами (программы, учебники, учебные пособия, материалы для самостоятельной работы и т.д.) в адаптированных формах:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Во время самостоятельной подготовки обучающиеся инвалиды и обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья обеспечены доступом к сети Интернет.

5.3. Материально-техническое обеспечение

Материально-техническое обеспечение реализации адаптированной образовательной программы

отвечает требованиям, определенным в ФГОС СПО по специальностям: 53.02.03 Инструментальное исполнительство (по видам инструментов) (53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Фортепиано», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые струнные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые духовые и ударные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Инструменты народного оркестра»); 53.02.04 «Вокальное искусство»; 53.02.06 «Хоровое дирижирование»; 53.02.07 «Теория музыки»; 53.02.01 «Музыкальное образование», а также особым образовательным потребностям обучающихся с нарушениями зрения.

В связи с этим в структуре материально-технического обеспечения образовательного процесса обучающихся с нарушениями зрения отражена специфика требований к доступной среде, в том числе:

- организации безбарьерной архитектурной среды образовательной организации;
- организации рабочего места обучающегося;
- программным средствам общего и специального назначения.

Для обучающихся имеются мультимедийные средства приема - передачи учебной информации в доступных формах. Аудитории оборудованы компьютерной техникой, видеотехникой (мультимедийный проектор, телевизор), интерактивными досками.

Учреждение должно быть обеспечено необходимым комплектом адаптированного программного обеспечения для обучающихся с нарушениями зрения.

На входе в Учреждение установлена специализированная система диспетчерской связи вызова персонала и сопровождения слабовидящих обучающихся. С целью обеспечения информационного комфорта в зоне оказания образовательных услуг установлен информационный терминал с сенсорным экраном (расписание занятий и другая информация), возможность прослушивать аудиофайлы, на каждом этаже имеются необходимые указатели.

Для передачи информации о пути и направлении движения в Учреждении слабовидящим обучающимся по периметру 2 и 3 этажей, межэтажных маршах, установлены визуальные таблички, указывающие на лестницы, выход и направление движения.

На сайте Колледжа в сети Интернет созданы условия для работы слабовидящих пользователей.

Учреждение оснащено противопожарной системой сигнализации речевого и светового оповещения. Особое внимание уделяется обеспечению визуальной, звуковой информацией для сигнализации об опасности и других важных мероприятиях.

5.4. Требования к организации практики обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

Практика представляет собой вид учебных занятий, непосредственно ориентированных на профессионально-практическую подготовку обучающихся, в том числе обеспечивающую подготовку и защиту выпускной квалификационной работы.

Для адаптированной образовательной программы реализуются все виды практик, предусмотренные в соответствующем ФГОС СПО по специальностям: 53.02.03 Инструментальное исполнительство (по видам инструментов) (53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Фортепиано», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые струнные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые духовые и ударные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Инструменты народного оркестра»); 53.02.04 «Вокальное искусство»; 53.02.06 «Хоровое дирижирование»; 53.02.07 «Теория музыки»; 53.02.01 «Музыкальное образование».

Цели и задачи, программы и формы отчетности по каждому виду практики определяются образовательной организацией самостоятельно.

Для обучающихся с соматическими нарушениями форма проведения практики устанавливается образовательной организацией с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья. При определении мест прохождения учебной и производственной практик обучающихся с соматическими нарушениями образовательная организация должна учитывать рекомендации, данные по результатам медико-социальной экспертизы, содержащиеся в индивидуальной программе реабилитации инвалида, относительно рекомендованных условий и видов труда.

При необходимости для прохождения практики инвалидами создаются специальные рабочие места с учетом нарушенных функций и ограничений их жизнедеятельности в соответствии с требованиями, утвержденными приказом Министерства труда России от 19 ноября 2013 года № 685н.

5.5. Характеристика социокультурной среды образовательной организации, обеспечивающей социальную адаптацию обучающихся инвалидов и обучающихся лиц с ограниченными возможностями

В Учреждении созданы условия, необходимые для всестороннего развития и социализации личности, сохранения здоровья обучающихся, способствующие развитию воспитательного компонента образовательного процесса, включая обучающихся в работе творческих коллективов общественных организаций, в спортивных и творческих мероприятиях.

В Учреждении сформирована профессиональная и социокультурная среда, способствующая формированию готовности всех членов коллектива к общению и сотрудничеству, способности воспринимать социальные, личностные и культурные различия.

Важным фактором социальной адаптации является индивидуальная поддержка обучающихся с нарушениями зрения, которая носит название «сопровождение». Сопровождение привязано к структуре образовательного процесса, определяется его целями, построением, содержанием и методами, имеет предупреждающий характер и особенно актуально, когда у обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья возникают проблемы учебного, адаптационного, коммуникативного характера, препятствующие своевременному формированию необходимых компетенций.

Сопровождение в Учреждении носит непрерывный и комплексный характер:

- организационно-педагогическое сопровождение направлено на контроль учебы обучающегося с ОВЗ и инвалидностью в соответствии с графиком учебного процесса в условиях инклюзивного обучения;
- психолого-педагогическое сопровождение осуществляется для обучающихся с ОВЗ и инвалидностью, имеющих проблемы в обучении, общении и социальной адаптации и направлено на изучение, развитие и коррекцию личности обучающегося и адекватность становления его компетенций;
- профилактически-реабилитационное сопровождение предусматривает решение задач, направленных на повышение психических ресурсов и адаптационных возможностей инвалидов и лиц с ОВЗ, гармонизацию их психического состояния, профилактику обострений основного заболевания, а также на нормализацию фонового состояния, включая нормализацию иммунного статуса, что непосредственно снижает риск обострения основного заболевания;
- социальное сопровождение решает широкий спектр вопросов социального характера, от которых зависит успешная учеба инвалидов и лиц с ОВЗ в Учреждении. Это содействие в решении бытовых проблем проживания в общежитии, транспортных вопросов, социальные выплаты, выделение материальной помощи, вопросы стипендиального обеспечения, организация досуга, вовлечение их в студенческое самоуправление, организация волонтерского движения.

В Учреждении проводится систематическая работа с кадрами по их ознакомлению с особыми образовательными потребностями обучающихся в Учреждении инвалидов и лиц с ОВЗ в целях создания толерантной среды.

Так же, как и учебная деятельность, внеучебная деятельность представляет собой отличную базу для адаптации. Культурно-досуговые мероприятия, спорт, совместный досуг, раскрывают и развивают разнообразные способности и таланты обучающихся с нарушениями зрения.

Одним из эффективных методов подготовки конкурентоспособного работника является привлечение слабовидящих обучающихся к участию в конкурсах профессионального мастерства на различных уровнях. Конкурсы способствуют формированию опыта творческой деятельности обучающихся, создают оптимальные условия для самореализации личности, её профессиональной и социальной адаптации, повышения уровня профессионального мастерства, формирования портфолио, необходимого для трудоустройства.

Областное государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
«Томский музыкальный колледж имени Э.В. Денисова»

«Утверждаю»
Директор ОГАПОУ
«ТМК имени Э.В. Денисова»
_____/М.П. Смирнова/
« ____ » _____ 2023 г.

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОД.01.06. АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

для специальностей

53.02.01 Музыкальное образование (базовой подготовки)

53.02.03 Инструментальное исполнительство.

Фортепиано

53.02.03 Инструментальное исполнительство.

Оркестровые струнные инструменты

53.02.03 Инструментальное исполнительство.

Оркестровые духовые и ударные инструменты

53.02.03 Инструментальное исполнительство.

Инструменты народного оркестра

53.02.04 Вокальное искусство

53.02.06 Хоровое дирижирование

53.02.07 Теория музыки

Программа учебной дисциплины «Адаптивная физическая культура» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) среднего профессионального образования (далее СПО) для специальностей 53.02.01 «Музыкальное образование (базовой подготовки)» от 13.08.2014 г. приказ № 993; 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Фортепиано», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые струнные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые духовые и ударные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Инструменты народного оркестра» от 27.10.2014 г. приказ № 1390; 53.02.04 «Вокальное искусство» от 27.10.2014 г. приказ № 1381; 53.02.06 «Хоровое дирижирование» от 27.10.2014 приказ № 1383; 53.02.07 «Теория музыки» от 27.10.2014 г. приказ № 1387.

Организация-разработчик: ОГАПОУ «ТМК имени Э. В. Денисова»

Разработчик: Дронюк И. В., методист

Одобрено на заседании предметно-цикловой комиссии «Общеобразовательные дисциплины»

Протокол № ____ от «____» _____ 20__ г.

Председатель ПЦК _____ / _____

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе _____ /Лаптева С.М./

«____» _____ 20__ г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по научно-методической и творческой работе _____ /Зайцева Л.А./

«____» _____ 20__ г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальностям 53.02.01 «Музыкальное образование (базовой подготовки)», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Фортепиано», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые струнные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые духовые и ударные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Инструменты народного оркестра», 53.02.04 «Вокальное искусство», 53.02.06 «Хоровое дирижирование», 53.02.07 «Теория музыки».

Программа учебной дисциплины «Адаптивная физическая культура» предназначена для обучающихся - инвалидов или обучающихся с ОВЗ, освобожденных от физической нагрузки по медицинским показаниям.

Адаптивная 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.

Данная рабочая программа «Адаптивная физическая культура» 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.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в федеральный компонент среднего общего образования в базовые учебные дисциплины.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;

выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения (комбинации), технические действия спортивных игр;

выполнять комплексы упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;

осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль техники выполнения двигательных действий и режимов физической нагрузки;

соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;

осуществлять судейство школьных соревнований по одному из программных видов спорта;

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;

включать занятия физической культурой и спортом в активный отдых и досуг;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;

основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;

способы закаливания организма и основные приемы самомассажа.

Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины для обучающихся с ОВЗ:

- 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.

Программа «Адаптивная физическая культура» направлена на освоение знаний в области физической культуры и спорта, на формирование у обучающихся - инвалидов и обучающихся с ОВЗ жизненных, социальных и профессиональных мотиваций.

В результате освоения учебной дисциплины адаптационного курса обучающийся - инвалид или обучающийся с ОВЗ 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.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 216 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 144 часа;

самостоятельной работы обучающегося 72 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка	216
Обязательная аудиторная учебная нагрузка	144
в том числе:	
лекции	26
практические занятия	118
Самостоятельная работа обучающегося	72
в том числе:	
подготовка к практическим занятиям; подготовка сообщений и рефератов; самостоятельная работа с дополнительной литературой, самостоятельный поиск источников по определенным темам; поиск информации в Интернете; выполнение письменных заданий; подготовка к тестированию; подготовка к терминологическому диктанту; творческие задания; разработка внеклассных мероприятий по здоровому образу жизни; разработка и оформление картотек подвижных и спортивных игр	
Итоговая аттестация в форме зачёта	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1. Теоретический курс			19	
Тема 1.1. «Физическая культура» как учебная дисциплина	Содержание учебного материала		10	1,2
	1.	Нормативно – правовая база физического воспитания («Положение о физической культуре в СПО», «Закон РФ о физической культуре и спорту», «Стратегия развития ФКиС в период 2011-2015 г.г.»)		
	2.	Социально-биологические основы физической культуры.		
	3.	Принципы и методика занятий физическими упражнениями.		
	4.	Методические основы самостоятельных занятий физической культурой и самоконтроль занимающихся. Самостоятельные занятия – необходимая составляющая регулярных занятий физической культурой.		
	5.	Психологические основы умственного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.		
	6.	Здоровый образ жизни.		
	7.	Профессионально-прикладная физическая подготовка.		
	8.	Индивидуальная система управления состоянием своего организма.		
	9.	Системы подготовки к занятиям физической культурой. Средства, методы и формы физического воспитания.		
	10.	Особенности работы с детьми разных групп здоровья.		
	Самостоятельная работа обучающихся: написание и защита рефератов по темам (тема на выбор): – Лечебная гимнастика; – Оздоровительные упражнения; – Закаливание; – Правильное питание; – Основные виды спорта и их характеристика – Теннис; – Массаж.		9	3
Раздел 2. Практический раздел (учебно – тренировочный)			197	

Тема 2.1. Лёгкая атлетика	Содержание учебного материала		2	1,2
	1.	Лёгкая атлетика и ее роль в физическом воспитании.		
	Практические занятия (работа с литературой)		26	1,2
	1.	Равномерный и переменный бег.		
	2.	Прыжковые упражнения.		
	3.	Специально-беговые упражнения.		
	4.	Бег с ускорением до 60 м. «Бег за лидером».		
	5.	Бег с ускорением в горку до 20 метров.		
	6.	Ускорения до 60 м.		
	7.	Техника прыжка в длину с места.		
	8.	Техника высокого старта.		
	9.	Ускорения из различных исходных положений.		
	10.	Техника передачи эстафетной палочки – показ, объяснение.		
	11.	Имитация передачи палочки на месте.		
	12.	Эстафеты с передачей палочки.		
	13.	Бег на средние и длинные дистанции: 300, 500, 1000, 2000, 3000 м		
	14.	Игровые двигательные задания с элементами легкой атлетики.		
	15.	Комплексы специально-подготовительных упражнений.		
	16.	Развитие выносливости, быстроты, скоростно-силовых способностей.		
	17.	Круговая тренировка.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Изучение дополнительной литературы, подготовка к тестированию		9	3
Тема 2.2. Гимнастика (девушки/юноши)	Содержание учебного материала		2	1
	1.	Гимнастика и её роль в физическом воспитании		
	Практические занятия (девушки) (работа с литературой)		24	
	1.	Ритмическая гимнастика, аэробика.		
	2.	Физические упражнения на гибкость, координацию, пластику движений.		
	3.	Базовые шаги, движения руками.		
	4.	Танцевальные упражнения с ритмотемповой направленностью.		
	5.	Физические упражнения локального воздействия с отягощениями и без отягощений на основные мышечные группы.		
	6.	Комплексы упражнений на тренажерах.		
	7.	Степ-аэробика.		
	8.	Основные виды шагов и техника их выполнения.		
	9.	Движения рук в степ-аэробике.		
	10.	Попеременные выпады.		

	11.	Силовые упражнения и техника их выполнения.		
	Практические занятия (юноши) (работа с литературой)			3
	1.	Обучение базовым упражнениям атлетической гимнастики.		
	2.	Обучение упражнениям для развития верхнего плечевого пояса.		
	3.	Обучение упражнениям для развития нижних конечностей.		
	4.	Обучение упражнениям для развития мышц-сгибателей и разгибателей туловища.		
	5.	Круговая тренировка.		
	6.	Раздельная тренировка по мышечным группам (грудь, плечи, руки, ноги, спина).		
	7.	Круговая тренировка.		
	8.	Комплексы гимнастических упражнений.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Изучение дополнительной литературы, составление кроссворда по теме		9	
Тема 2.3. Спортивные игры	Содержание учебного материала		2	1,2
	1.	Особенности организации и проведения спортивных игр.		
	Практические занятия (работа с литературой)		20	2,3
	1.	Волейбол. Исходное положение (стойки), перемещения, передача, подача, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении вперед и последующим скольжением на груди-животе, блокирование, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам волейбола. Игра по правилам.		
	2.	Баскетбол. Ловля и передача мяча, ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком), вырывание и выбивание (приемы овладения мячом), прием техники защиты - перехват, приемы, применяемые против броска, накрывание, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам.		
	3.	Ручной мяч. Передача и ловля мяча в тройках, передача и ловля мяча с откосом от площадки, бросок мяча из опорного положения с сопротивлением защитнику, перехваты мяча, выбивание или отбор мяча, тактика игры, скрестное перемещение, подстраховка защитника, нападение, контратака.		
	4.	Футбол. Удар по летящему мячу средней частью подъема ноги, удары головой на месте и в прыжке, остановка мяча ногой, грудью, отбор мяча, обманные движения, техника игры вратаря, тактика защиты, тактика нападения. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игра по правилам.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка к письменному опросу/ написание реферата и его защита		9	3
Тема 2.4.	Содержание учебного материала		2	1

Лыжная подготовка	1.	Особенности лыжной подготовки и ходьбы на лыжах		
	Практические занятия (работа с литературой)		20	2
	1.	Лыжная подготовка в системе физического воспитания студентов.		
	2.	Основы передвижения на лыжах.		
	3.	Одновременный бесшажный ход.		
	4.	Одновременный двухшажный.		
	5.	Попеременный двухшажный ход.		
	6.	Подъем елочкой.		
	7.	Торможение плугом.		
	8.	Прохождение дистанции 2 км.		
	9.	Игры «Эстафета с передачей палок».		
	10.	Прохождение дистанции 3 км.		
	11.	Одновременный одношажный ход.		
	12.	Подъем в гору скользящим шагом.		
	13.	Поворот на месте махом.		
	14.	Игра «Гонки с преследованием».		
	15.	Коньковый ход.		
	16.	Торможение и поворот плугом.		
	17.	Прохождение дистанции 4 км.		
	18.	Попеременный четырехшажный ход.		
	20.	Переход с попеременных ходов на одновременный.		
	21.	Прохождение дистанции 5 км без учета времени.		
	22.	Прохождение дистанции 3 км с учетом времени.		
	23.	Развитие общей и скоростной выносливости.		
Тема 2.5. Плавание	Самостоятельная работа обучающихся: Составление теста по теме		9	3
	Содержание учебного материала		4	1,2
	1.	Специфика процесса плавания и его роль для здорового образа жизни.		
	2.	Техника безопасности при занятиях плаванием в открытых водоемах и в бассейне.		
	3.	Правила плавания в открытом водоеме. Доврачебная помощь пострадавшему.		
	4.	Элементы и игра в водное поло (юноши), элементы фигурного плавания (девушки).		
Тема 2.6. Аэробика	Самостоятельная работа обучающихся: Составление памяток по нахождению в воде/оказанию 1 помощи утопающим/закаливанию		4	3
	Содержание учебного материала		2	1
	1.	Значение и роль аэробики в процессе становления физического воспитания.		
	Практические занятия (работа с литературой)		10	2

	1.	Комбинация из спортивно-гимнастических и акробатических элементов.		
	2.	Обязательные элементы: подскоки, амплитудные махи ногами, упражнения для мышц живота, отжимание в упоре лежа – четырехкратное исполнение подряд.		
	3.	Дополнительные элементы: кувырки вперед и назад, падение в упор лежа, перевороты вперед, назад, в сторону, подъем разгибом с лопаток, шпагаты, сальто.		
	Самостоятельная работа обучающихся: составление презентации		9	3
Тема 2.7. Ритмика	Содержание учебного материала		2	1,2
	1.	Особенности занятий ритмикой в процессе формирования физического воспитания.		
	Практические занятия (работа с литературой)		18	2,3
	1.	Танцы.		
	2.	Музыкальные подвижные игры.		
	3.	Танцевальные игры.		
	4.	Ритмическая гимнастика.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление картотеки игр		14	3
Всего: 216 часов				

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

В соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальностям СПО в Перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений образовательного учреждения включены следующие помещения, которые должны отвечать действующим санитарным и противопожарным нормам:

Спортивный комплекс:

спортивный зал;

открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий;

В зависимости от возможностей, которыми располагает образовательное учреждение, для реализации учебной дисциплины «Физическая культура» могут быть использованы:

тренажерный зал;

плавательный бассейн;

лыжная база с лыжехранилищем;

специализированные спортивные залы (зал спортивных игр, гимнастики, хореографии и др.);

открытые спортивные площадки: баскетбольная, бадминтонная, волейбольная, теннисная, мини-футбольная, хоккейная;

футбольное поле с замкнутой беговой дорожкой, секторами для прыжков и метаний;

гимнастическая площадка;

каток;

учебно-методический кабинет, оснащенный техническими средствами обучения, методическим обеспечением и компьютерами, имеющими выход в сеть Интернет, для внеаудиторной работы;

помещение для хранения спортивного инвентаря и др.

Все помещения, объекты физической культуры и спорта и места для занятий физической подготовкой, на которых реализуется учебная дисциплина «Физическая культура», должны быть оснащены соответствующим оборудованием и инвентарем в зависимости от изучаемых разделов программы и видов спорта. Программа учебной дисциплины «Физическая культура» образовательного учреждения должна включать перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря, необходимого для её реализации.

Примерный перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря.

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды (перекладина, брус, бревно, конь с ручками, конь для прыжков и др.), тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат, шест для лазания, канат для перетягивания, стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, беговая дорожка, ковер борцовский или татами, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири 16, 24, 32 кг, секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления и др.;

кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита или стойки баскетбольные, защита для баскетбольного щита и стоек, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, защита на волейбольные стойки, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, гасители для ворот мини-футбольных, мячи для мини-футбола и др.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий:

стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, решетка для места приземления, указатель расстояний для тройного прыжка, брус отталкивания для прыжков в длину и тройного прыжка, турник уличный, брус уличный, рукоход уличный, полоса препятствий, ворота футбольные, сетки для футбольных ворот, мячи футбольные, сетка для переноса мячей, колодки стартовые, барьеры для бега, стартовые флажки или стартовый пистолет, флажки красные и белые, палочки эстафетные, гранаты учебные Ф-1, круг для метания ядра, упор для ног для метания ядра, ядра, указатели дальности метания на 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55 м, нагрудные номера, тумбы «Старт-Финиш», «Поворот», рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры.

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

Комплект мультимедийного оборудования для проведения методико-практических занятий и презентаций комплексов упражнений:

персональный компьютер специальной конфигурации; интерактивная доска; система тестирования и опроса; мультимедийный проектор (видеопроектор); экран; видеопрезентер; документ камера, видеомагнитофон, электронные носители, компьютеры для внеаудиторной работы.

Реализация учебной дисциплины требует наличия спортивного зала, оборудованного с учетом особых образовательных потребностей обучающихся - инвалидов и обучающихся с ОВЗ.

Оборудование спортивного зала:

- спортивный инвентарь, включая специализированный;
- комплект учебно - наглядных пособий;
- учебно - методический комплекс дисциплины

Технические средства обучения:

- компьютер для обучающихся и преподавателя;
- программное обеспечение общего и профессионального назначения.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Ломан Вольфганг. Бег, прыжки, метание. – М., 2015.
2. Копылов Ю.А. Система физвоспитания в образовательных учреждениях. – М, 2014.
3. Кузнецов В.С., Г. А. Колодницкий. Внеурочная деятельность учащихся. Гимнастика. – М.: Просвещение, 2014.
4. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. – М, 2014.
5. Федорова Н.А. Подвижные игры. – М, 2015.
6. Научно-методический журнал «Физическая культура в школе».

Дополнительные источники:

1. Алексеев С.В. Спортивное право России. Правовые основы физической культуры и спорта: учебник для студентов ВУЗов, обучающихся по направлениям 030500 «Юриспруденция» и 032101 «Физическая культура и спорт»/С.В. Алексеев; под ред. П.В. Крашенинникова. – 2-е изд., стереотип. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, Закон и право, 2007. – 671 с.
2. Анищенко В.С. Физическая культура: Методико-практические занятия студентов: Учеб.пособие. - М.: Изд-во РУДН, 2002. – 165 с.
3. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Под ред. Е.Б. Мякинченко и М.П. Шестакова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 304 с.
4. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ И.С. Барчуков, А.А. Нестеров; под общ. ред. Н.Н. Маликова. - 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 528 с.
5. Баршай В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. – Ростов н/Д: Феникс, 2009. – 314, (1) с.: ил.
6. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник/ А.А. Васильков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 381 с.: ил. – (Высшее образование).
7. Васильков А.А. Теория и методика спорта: учебник / А.А. Васильков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 379 с. – (Высшее образование).
8. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента. – М.: Издательство: Гардарики, 2007. - 224 с.
9. Виноградов Г.П. Атлетизм: Теория и методика тренировки [Текст]: Учебник для высших учебных заведений / Г.П. Виноградов. – М.: Советский спорт, 2009. – 328 с.: ил.
10. Гимнастика М.Л. Журавин, О.В. Загрядская, Н.В. Казакевич и др.; под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. – 4-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 448 с.

11. Глейberman А.Н. Упражнения с предметами (гимнастическая палка) – М.: Физкультура и спорт, 2006 – 256 с., ил. (Спорт в рисунках).
12. Глейberman А.Н. Упражнения с предметами (гимнастическая скамейка, стенка) – М.: Физкультура и спорт, 2005 – 224 с., ил. (Спорт в рисунках).
13. Глейberman А.Н. Упражнения со скакалкой. – М.: Физкультура и Спорт, 2007 – 234 с., ил. (Спорт в рисунках).
14. Григоревич В.В. Всеобщая история физической культуры и спорта [Текст]: учеб. пособие / В.В. Григоревич. М.: Советский спорт, 2008. – 288с.
15. Грецов А.Г. Методика профилактики табакокурения в подростковых и молодежных группах. / Методическое пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2008. – 28 с.
16. Грецов А.Г. Психологический тренинг в профилактике наркозависимости подростков и молодежи в спорте, образовании, клубной работе/Учебное пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2007. – 156 с.
17. Дворкин Л.С. Тяжелая атлетика [Текст]: учебник для вузов /Л.С. Дворкин; 1-я и 2-я главы – Л.С. Дворкин, А.П. Слободян. – М.: Советский спорт, 2005. – 600 с.
18. Добовчук С.В. Играйте в футбол: Учебное пособие. – М.: МГИУ, 2007. - 192 с.
19. Евсеев Ю.И. Физическое воспитание / Ю.И. Евсеев. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 380 с.: ил. – (Высшее образование).
20. Железняк Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, В.М. Минбулатов. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 272 с.
21. Жилкин А.И. Легкая атлетика: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. – 6-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 464 с.
22. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. М.: Гардарики, 2000. — 448 с.
23. Кабачков В.А., Полиевский С.А. Профессиональная направленность физического воспитания в ПТУ. – М.: «Высшая школа», 1991. – 224 с.
24. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний: Учебное пособие – М.: Советский спорт – 2003. – 224 с.
25. Нестеровский Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения: Учеб. Пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 336 с.
26. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: пособие для студ. высш. учеб. заведений / (Н.Ж. Булгаковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 432 с.
27. Основы современного танца / С.С. Поляков. – Изд. 2-е – Ростов н/д: Феникс, 2006. – 80 с.: ил.
28. Плавание: Учебник для вузов / Под общ. ред. Н.Ж. Булгаковой. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 400 с., ил.
29. Полиевский С.А., Глейberman А.Н., Залетаев И.П. Общеразвивающие упражнения – М.: Физкультура и спорт, 2002. – 120 с., ил.
30. Полунин А.И. Спортивно-оздоровительный бег. Рекомендации для тренирующихся самостоятельно. – М.: Советский спорт, 2004. – 112 с.
31. Раменская Т.И. Специальная подготовка лыжника. Учебная книга. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 228 с.
32. Родин А.В., Губа Д.В. Баскетбол в университете: Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе [Текст]: учебн. пособие / А.В. Родин, Д.В. Губа. М.: Советский спорт, 2009. – 168 с.
33. Сайганова Е.Г. Физическая культура. Самостоятельная работа: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. – 228 с.
34. Сайганова Е.Г. Физическая культура: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. – 270 с.
35. Теория и методика физической культуры: Учебник / под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 4-е изд., – М.: Советский спорт, 2010. – 464 с.

36. Теория и организация адаптивной физической культуры [Текст]: учебник. В 2 т. Т. 1: Введение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры / Под общей ред. Проф. С.П. Евсеева – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2005. –296.: ил.
37. Физическая культура: Печатная версия электронного учебника/ В.Ю. Волков, Л.М. Волкова: 2-ое изд. испр. и доп. – СПб.: Изд-во Политехн. Ун-та. 2009. 322 с.
38. Физическая культура студента: Учебник для студентов высших учебных заведений / Под общей редакцией В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2009.
39. Хомич М.М., Эммануэль Ю.В., Ванчакова Н.П. Комплексы корректирующих мероприятий при снижении адаптационных резервов организма на основе саногенетического мониторинга / под ред. С.В. Матвеева. – СПб.: Изд-во СПбМГУ им. акад. И.П. Павлова, 2010. – 152 с.

Интернет - ресурсы:

1. Официальный сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации: Web: <http://minstm.gov.ru>.
2. Федеральный портал «Российское образование»: Web: <http://www.edu.ru>.
3. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» Web: <http://www.infosport.ru/xml/t/default.xml>
4. Официальный сайт Олимпийского комитета России Web: www.olympic.ru
5. Сайт Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009) Web: <http://goup32441.narod.ru>.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
уметь составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;	практические занятия, наблюдение, выполнение упражнений на занятии;
уметь выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения (комбинации), технические действия спортивных игр;	практические занятия, наблюдение, выполнение упражнений на занятии;
уметь выполнять комплексы упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;	практические занятия, наблюдение, выполнение упражнений на занятии;
уметь осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль техники выполнения двигательных действий и режимов физической нагрузки;	практические занятия, наблюдение, выполнение упражнений на занятии;
уметь соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;	практические занятия, наблюдение, выполнение упражнений на занятии;
уметь осуществлять судейство школьных соревнований по одному из программных видов спорта;	практические занятия, наблюдение, принятие участия, судейство в жюри;

уметь использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;	тестирование, написание самостоятельной работы, защита реферата, презентация реферата, сдача нормативов;
уметь включать занятия физической культурой и спортом в активный отдых и досуг;	разработка внеклассных мероприятий по здоровому образу жизни;
знать о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;	тестирование, защита реферата, презентация реферата, выполнение индивидуальных заданий;
знать основы формирования двигательных действий и развития физических качеств; способы закаливания организма и основные приемы самомассажа	тестирование, защита реферата, презентация реферата, индивидуального задания, работа с основной и дополнительной учебной литературой

Разработчики:

ОГАПОУ

«ТМК имени Э.В. Денисова»

(место работы)

методист

(занимаемая должность)

И.В. Дронюк

(инициалы, фамилия)

Областное государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
«Томский музыкальный колледж имени Э.В. Денисова»

«Утверждаю»
Директор ОГАПОУ
«ТМК имени Э.В. Денисова»
_____/М.П. Смирнова/
« ____ » _____ 2023 г.

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.05. АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

для специальностей

**53.02.03 Инструментальное исполнительство.
Фортепиано**

**53.02.03 Инструментальное исполнительство.
Оркестровые струнные инструменты**

**53.02.03 Инструментальное исполнительство.
Оркестровые духовые и ударные инструменты**

**53.02.03 Инструментальное исполнительство.
Инструменты народного оркестра**

53.02.06 Хоровое дирижирование

53.02.07 Теория музыки

Программа учебной дисциплины «Адаптивная физическая культура» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) среднего профессионального образования (далее СПО) для специальностей 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Фортепиано», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые струнные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые духовые и ударные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Инструменты народного оркестра» от 27.10.2014 г. приказ № 1390; 53.02.06 «Хоровое дирижирование» от 27.10.2014 приказ № 1383; 53.02.07 «Теория музыки» от 27.10.2014 г. приказ № 1387.

Организация – разработчик: ОГАПОУ «ТМК имени Э.В. Денисова»

Разработчик: Дронюк И.В., методист

Одобрено на заседании предметно-цикловой комиссии «Общеобразовательные дисциплины»

Протокол № ____ от «____» _____ 20__ г.

Председатель ПЦК _____ / _____

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе _____ /Лаптева С.М./

« ____ » _____ 20__ г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по научно-методической и творческой работе _____ /Зайцева Л.А./

« ____ » _____ 20__ г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальностям 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Фортепиано», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые струнные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Оркестровые духовые и ударные инструменты», 53.02.03 «Инструментальное исполнительство. Инструменты народного оркестра», 53.02.06 «Хоровое дирижирование», 53.02.07 «Теория музыки».

Программа учебной дисциплины «Адаптивная физическая культура» предназначена для обучающихся - инвалидов или обучающихся с ОВЗ, освобожденных от физической нагрузки по медицинским показаниям.

Адаптивная 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.

Данная рабочая программа Адаптивная физическая культура 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.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

основы здорового образа жизни

Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины для обучающихся с ОВЗ:

- 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.

Программа «Адаптивная физическая культура» направлена на освоение знаний в области физической культуры и спорта, на формирование у обучающихся - инвалидов и обучающихся с ОВЗ жизненных, социальных и профессиональных мотиваций.

В результате освоения учебной дисциплины адаптационного курса обучающийся - инвалид или обучающийся с ОВЗ 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.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 208 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 104 часа;

самостоятельной работы обучающегося 104 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка	208
Обязательная аудиторная учебная нагрузка	104
в том числе:	
лекции	10
практические занятия	94
Самостоятельная работа обучающегося	104
в том числе:	
подготовка к практическим занятиям; написание рефератов; выполнение письменных работ; разработка презентаций; составление теста; составление кроссворда.	
Итоговая аттестация в форме зачёта	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1. Теоретический курс			10	
Тема 1.1. «Физическая культура» как учебная дисциплина	Содержание учебного материала		6	1,2
	1.	Специфика и особенности предмета: «Физическая культура».		
	2.	Техника безопасности как один из факторов здоровьесбережения.		
	3.	Методы и формы работы на уроках физической культуры.		
	Самостоятельная работа обучающихся: работа с учебной литературой		4	3
Раздел 2. Практический раздел (учебно – тренировочный)			198	
Тема 2.1. Лёгкая атлетика	Содержание учебного материала		1	1,2
	1.	Лёгкая атлетика и ее роль в физическом воспитании.		
	Практические занятия (работа с литературой)		24	1,2
	1.	Равномерный и переменный бег.		
	2.	Прыжковые упражнения.		
	3.	Специально-беговые упражнения.		
	4.	Бег с ускорением до 60 м. «Бег за лидером».		
	5.	Бег с ускорением в горку до 20 метров.		
	6.	Ускорения до 60 м.		
	7.	Техника прыжка в длину с места.		
	8.	Техника высокого старта.		
	9.	Ускорения из различных исходных положений.		
	10.	Техника передачи эстафетной палочки – показ, объяснение.		
	11.	Имитация передачи палочки на месте.		
	12.	Эстафеты с передачей палочки.		
	13.	Бег на средние и длинные дистанции: 300, 500, 1000, 2000, 3000 м		

	14.	Игровые двигательные задания с элементами легкой атлетики.		
	15.	Комплексы специально-подготовительных упражнений.		
	16.	Развитие выносливости, быстроты, скоростно-силовых способностей.		
	17.	Круговая тренировка.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Написание реферата и его защита		25	3
Тема 2.2. Гимнастика	Содержание учебного материала		1	1
	1.	Гимнастика и её роль в физическом воспитании		
	Практические занятия (работа с учебной литературой)		24	1,2
	1.	Ритмическая гимнастика, аэробика.		
	2	Физические упражнения на гибкость, координацию, пластику движений.		
	3.	Базовые шаги, движения руками.		
	4.	Танцевальные упражнения с ритмотемповой направленностью.		
	5.	Физические упражнения локального воздействия с отягощениями и без отягощений на основные мышечные группы.		
	6.	Комплексы упражнений на тренажерах.		
	7.	Степ-аэробика.		
	8.	Основные виды шагов и техника их выполнения.		
	9.	Движения рук в степ-аэробике.		
	10.	Попеременные выпады.		
	11.	Силовые упражнения и техника их выполнения.		
	12.	Обучение базовым упражнениям атлетической гимнастики.		
	13.	Обучение упражнениям для развития верхнего плечевого пояса.		
	14.	Обучение упражнениям для развития нижних конечностей.		
	15.	Обучение упражнениям для развития мышц-сгибателей и разгибателей туловища.		
	16.	Круговая тренировка.		
	17.	Раздельная тренировка по мышечным группам (грудь, плечи, руки, ноги, спина).		
	18.	Круговая тренировка.		
	19.	Комплексы гимнастических упражнений.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Создание презентации и ее защита		25	
Тема 2.3. Спортивные игры	Содержание учебного материала		1	1,2
	1.	Особенности организации и проведения спортивных игр.		

	Практические занятия (работа с учебной литературой)		22	2,3
	1.	Волейбол. Исходное положение (стойки), перемещения, передача, подача, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении вперед и последующим скольжением на груди-животе, блокирование, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам волейбола. Игра по правилам.		
	2.	Баскетбол. Ловля и передача мяча, ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком), вырывание и выбивание (приемы овладения мячом), прием техники защиты - перехват, приемы, применяемые против броска, накрывание, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам.		
	3.	Ручной мяч. Передача и ловля мяча в тройках, передача и ловля мяча с откосом от площадки, бросок мяча из опорного положения с сопротивлением защитнику, перехваты мяча, выбивание или отбор мяча, тактика игры, скрестное перемещение, подстраховка защитника, нападение, контратака.		
	4.	Футбол. Удар по летящему мячу средней частью подъема ноги, удары головой на месте и в прыжке, остановка мяча ногой, грудью, отбор мяча, обманные движения, техника игры вратаря, тактика защиты, тактика нападения. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игра по правилам.		
Самостоятельная работа обучающихся: Составление теста и кроссворда			25	3
Тема 2.4. Лыжная подготовка	Содержание учебного материала		1	1
	1.	Особенности лыжной подготовки и ходьбы на лыжах.		
	Практические занятия (работа с учебной литературой)		24	2
	1.	Лыжная подготовка в системе физического воспитания студентов.		
	2.	Основы передвижения на лыжах.		
	3.	Одновременный бесшажный ход.		
	4.	Одновременный двухшажный.		
	5.	Попеременный двухшажный ход.		
	6.	Подъем елочкой.		
	7.	Торможение плугом.		
	8.	Прохождение дистанции 2 км.		
	9.	Игры «Эстафета с передачей палок».		

	10.	Прохождение дистанции 3 км.		
	11.	Одновременный одношажный ход.		
	12.	Подъем в гору скользящим шагом.		
	13.	Поворот на месте махом.		
	14.	Игра «Гонки с преследованием».		
	15.	Коньковый ход.		
	16.	Торможение и поворот плугом.		
	17.	Прохождение дистанции 4 км.		
	18.	Попеременный четырехшажный ход.		
	20.	Переход с попеременных ходов на одновременный.		
	21.	Прохождение дистанции 5 км без учета времени.		
	22.	Прохождение дистанции 3 км с учетом времени.		
	23.	Развитие общей и скоростной выносливости.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка к письменному и устному опросу			
Всего: 208 часов				

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

В соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальностям СПО в Перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений образовательного учреждения включены следующие помещения, которые должны отвечать действующим санитарным и противопожарным нормам:

Спортивный комплекс:

спортивный зал;

открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий;

В зависимости от возможностей, которыми располагает образовательное учреждение, для реализации учебной дисциплины «Физическая культура» могут быть использованы:

тренажерный зал;

плавательный бассейн;

лыжная база с лыжехранилищем;

специализированные спортивные залы (зал спортивных игр, гимнастики, хореографии и др.);

открытые спортивные площадки: баскетбольная, бадминтонная, волейбольная, теннисная, мини-футбольная, хоккейная;

футбольное поле с замкнутой беговой дорожкой, секторами для прыжков и метаний;

гимнастическая площадка;

каток;

учебно-методический кабинет, оснащенный техническими средствами обучения, методическим обеспечением и компьютерами, имеющими выход в сеть Интернет, для внеаудиторной работы;

помещение для хранения спортивного инвентаря и др.

Все помещения, объекты физической культуры и спорта и места для занятий физической подготовкой, на которых реализуется учебная дисциплина «Физическая культура», должны быть оснащены соответствующим оборудованием и инвентарем в зависимости от изучаемых разделов программы и видов спорта. Программа учебной дисциплины «Физическая культура» образовательного учреждения должна включать перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря, необходимого для её реализации.

Примерный перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря.

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды (перекладина, брусья, бревно, конь с ручками, конь для прыжков и др.), тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат, шест для лазания, канат для перетягивания, стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, беговая дорожка, ковер борцовский или татами, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири 16, 24, 32 кг, секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления и др.;

кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита или стойки баскетбольные, защита для баскетбольного щита и стоек, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, защита на волейбольные стойки, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, гасители для ворот мини-футбольных, мячи для мини-футбола и др.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий:

стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, решетка для места приземления, указатель расстояний для тройного прыжка, брусек отталкивания для прыжков в длину и тройного прыжка, турник уличный, брусья уличные, рукоход уличный, полоса препятствий, ворота футбольные, сетки для футбольных ворот, мячи футбольные, сетка для переноса мячей, колодки стартовые, барьеры для бега, стартовые флажки или стартовый пистолет, флажки красные и белые, палочки эстафетные, гранаты учебные Ф-1, круг для метания ядра, упор для ног для метания ядра, ядра, указатели дальности метания на 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55 м, нагрудные номера, тумбы «Старт-Финиш», «Поворот», рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры.

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

Комплект мультимедийного оборудования для проведения методико-практических занятий и презентаций комплексов упражнений:

персональный компьютер специальной конфигурации; интерактивная доска; система тестирования и опроса; мультимедийный проектор (видеопроектор); экран; видеопрезентер; документ камера, видеомагнитофон, электронные носители, компьютеры для внеаудиторной работы.

Реализация учебной дисциплины требует наличия спортивного зала, оборудованного с учетом особых образовательных потребностей обучающихся - инвалидов и обучающихся с ОВЗ.

Оборудование спортивного зала:

- спортивный инвентарь, включая специализированный;
- комплект учебно - наглядных пособий;
- учебно - методический комплекс дисциплины

Технические средства обучения:

- компьютер для обучающихся и преподавателя;
- программное обеспечение общего и профессионального назначения.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Ломан Вольфганг. Бег, прыжки, метание. – М., 2015.
2. Копылов Ю.А. Система физвоспитания в образовательных учреждениях. – М, 2014.
3. Кузнецов В.С., Г. А. Колодницкий. Внеурочная деятельность учащихся. Гимнастика. – М.: Просвещение, 2014.
4. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. – М, 2014.
5. Федорова Н.А. Подвижные игры. – М, 2015.
6. Научно-методический журнал «Физическая культура в школе».

Дополнительные источники:

1. Алексеев С.В. Спортивное право России. Правовые основ физической культуры и спорта: учебник для студентов ВУЗов, обучающихся по направлениям 030500 «Юриспруденция» и 032101 «Физическая культура и спорт» /С.В. Алексеев; под ред. П.В. Крашенинникова. – 2-е изд., стереотип. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, Закон и право, 2007. – 671 с.
2. Анищенко В.С. Физическая культура: Методико-практические занятия студентов: Учеб.пособие. -М.: Изд-во РУДН, 2002. – 165 с.
3. Аппенянский А.И. Рекреология: тренировочный процесс в активном туризме [Текст]: учеб. пособие / А.И. Аппенянский; Российская международная академия туризма. – М.: Советский спорт, 2006. – 196 с.: ил.- (Профессиональное туристское образование).
4. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Под ред. Е.Б. Мякинченко и М.П. Шестакова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 304 с.
5. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ И.С. Барчуков, А.А. Нестеров; под общ. ред. Н.Н. Маликова. - 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 528 с.
6. Баршай В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. – Ростов н/Д: Феникс, 2009. – 314, (1) с.: ил.
7. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник/ А.А. Васильков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 381 с.: ил. – (Высшее образование).
8. Васильков А.А. Теория и методика спорта: учебник / А.А. Васильков. – Ростов н/Д : Феникс, 2008. – 379 с. – (Высшее образование).
9. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента. – М.: Издательство: Гардарики, 2007. - 224 с.
10. Виноградов Г.П. Атлетизм: Теория и методика тренировки [Текст]: Учебник для высших учебных заведений / Г.П. Виноградов. – М.: Советский спорт, 2009. – 328 с.: ил.

11. Гергель Ю.Г., Шубский А.О. Дзюдо от спорта до самообороны. Учебно-методическое пособие [Текст] / Ю.Г. Гергель, А.О. Шубский. – М.: Советский спорт, 2006. – 133 с.: ил.
12. Гимнастика М.Л. Журавин, О.В. Загрядская, Н.В. Казакевич и др.; под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меншикова. – 4-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 448 с.
13. Глейberman А.Н. Упражнения с предметами (гимнастическая палка) – М.: Физкультура и спорт, 2006 – 256 с., ил. (Спорт в рисунках).
14. Глейberman А.Н. Упражнения с предметами (гимнастическая скамейка, стенка) – М.: Физкультура и спорт, 2005 – 224 с., ил. (Спорт в рисунках).
15. Глейberman А.Н. Упражнения со скакалкой. – М.: Физкультура и Спорт, 2007 – 234 с., ил. (Спорт в рисунках).
16. Городнова М.Ю. Методические рекомендации к проведению урока профилактики наркологических заболеваний среди учащихся общеобразовательных учреждений. / Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2007. – 44 с.
17. Григоревич В.В. Всеобщая история физической культуры и спорта [Текст]: учеб. пособие / В.В. Григоревич. М.: Советский спорт, 2008. – 288с.
18. Грецов А.Г. Методика профилактики табакокурения в подростковых и молодежных группах. / Методическое пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2008. – 28 с.
19. Грецов А.Г. Психологический тренинг в профилактике наркозависимости подростков и молодежи в спорте, образовании, клубной работе / Учебное пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2007. – 156 с.
20. Гришина Ю.И. Каждому свою программу. Более 300 упражнений для здоровья и фигуры. СПб.: ООО «Синтез Бук». 2008. 336 с.
21. Губа В.П., Родин А.В. Волейбол в университете: Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе [Текст]: учебн. пособие / Д.В. Губа, А.В. Родин. – М.: Советский спорт, 2009. – 164 с.
22. Дворкин Л.С. Тяжелая атлетика [Текст]: учебник для вузов / Л.С. Дворкин; 1-я и 2-я главы – Л.С. Дворкин, А.П. Слободян. – М.: Советский спорт, 2005. – 600 с.
23. Добовчук С.В. Играйте в футбол: Учебное пособие. – М.: МГИУ, 2007. – 192 с.
24. Евсеев С.П. Формирование двигательных действий с помощью тренажеров / С.П. Евсеев. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 90 с.
25. Евсеев С.П. Тренажеры в гимнастике / С.П. Евсеев. – М.: Физкультура и спорт, 2003. – 254 с.
26. Евсеев Ю.И. Физическое воспитание / Ю.И. Евсеев. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 380 с.: ил. – (Высшее образование).
27. Железняк Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, В.М. Минбулатов. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 272 с.
28. Жилкин А.И. Легкая атлетика: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. – 6-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 464 с.
29. Жидких Т.М., Мельниченко И.И., Минеев В.С. Организация, подготовка и проведение Смотра-конкурса по физической подготовке учащихся допризывного возраста. – СПб.: Астерион, 2004. – 110 с.
30. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2000. – 448 с.
31. Кабачков В.А., Полиевский С.А. Профессиональная направленность физического воспитания в ПТУ. – М.: «Высшая школа», 1991. – 224 с.
32. Кабачков В.А. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи [Текст]: науч.-метод. пособие / В.А. Кабачков, С.А. Полиевский, А.Э. Буров. – М.: Советский спорт, 2010. – 296 с.: ил.
33. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний: Учебное пособие. – М.: Советский спорт. – 2003. – 224 с.
34. Лукьянов В.И. Россия и олимпийское движение: вчера-сегодня-завтра. – М.: Терра-Спорт, 2004. – 256 с.: ил.

35. Нестеровский Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 336 с.
36. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н.Ж. Булгаковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 432 с.
37. Олимпийский учебник студента [Текст]: учебное пособие для олимпийского образования в высших учебных заведениях В.С. Родиченко и др.: Олимпийский комитет России – 8-е издание, переработано и дополнено. – М.: Советский спорт, 2010. – 128 с.: ил.
38. Основы современного танца / С.С. Поляков. – Изд. 2-е – Ростов н/д: Феникс, 2006. – 80 с.: ил.
39. Плавание: Учебник для вузов / Под общ. ред. Н.Ж. Булгаковой. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 400 с., ил.
40. Полиевский С.А., Глейberman А.Н., Залетаев И.П. Общеразвивающие упражнения – М.: Физкультура и спорт, 2002. – 120 с., ил.
41. Полунин А.И. Спортивно-оздоровительный бег. Рекомендации для тренирующихся самостоятельно. – М.: Советский спорт, 2004. – 112 с.
42. Пономарев Г.Н. Высшее профессиональное образование в области Физической культуры: состояние, предпосылки и направления обновления: Монография. – СПб.: Изд. РГПУ им. А.И. Герцена, 2003. – 262 с.
43. Примерная программа для учащихся X-XI классов общеобразовательных учреждений с углубленным изучением предмета «Физическая культура». Под редакцией А.Т. Паршикова. – М.: Издательство «Просвещение», 2000. – 94 с.
44. Раменская Т.И. Специальная подготовка лыжника. Учебная книга. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 228 с.
45. Родин А.В., Губа Д.В. Баскетбол в университете: Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе [Текст]: учебн. пособие / А.В. Родин, Д.В. Губа. М.: Советский спорт, 2009. – 168 с.
46. Рудман Д.Л. Самбо: настольная книга будущих чемпионов /Давид Рудман; худож. А. Штыхин. – М.: Дет. Лит., 2007. – 173 с.: ил.
47. Руненко С.Д. Фитнес: мифы, иллюзии, реальность (Текст) / С.Д.Руненко. – 2-е изд., стереот. – М.: Советский спорт, 2007. – 64 с.
48. Сайганова Е.Г. Физическая культура. Самостоятельная работа: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. – 228 с.
49. Сайганова Е.Г. Физическая культура : учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. – 270 с.
50. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин и др.; Под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 400 с.
51. Теория и методика физической культуры: Учебник / под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 4-е изд., – М.: Советский спорт, 2010. – 464 с.
52. Теория и организация адаптивной физической культуры [Текст]: учебник. – В 2 т. – Т. 1: Введение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры / Под общей ред. Проф. С.П. Евсеева. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2005. – 296.: ил.
53. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование: учеб. пособие для студ. высш. учебн. заведений / Г.С. Туманян. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 336 с.
54. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм [Текст]: учебник / Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков; под ред. В.А. Таймазова, Ю.Н. Федотова. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2008. – 464 с.: ил.
55. Физическая культура: Печатная версия электронного учебника / В.Ю. Волков, Л.М. Волкова: 2-ое изд. испр. и доп. – СПб.: Изд-во политехн. ун-та, 2009. – 322 с.
56. Физическая культура, обучение и здоровье: основы самостоятельной тренировки студентов вузов: учеб. пособие. – СПб.: СПбГУП. – 2008. – 156 с.
57. Физическая культура студента: Учебник для студентов высших учебных заведений / Под общей редакцией В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2009.

58. Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / (И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, С.С. Егоров и др.); под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2010. – 431 с.
59. Хомич М.М., Эммануэль Ю.В., Ванчакова Н.П. Комплексы корректирующих мероприятий при снижении адаптационных резервов организма на основе саногенетического мониторинга / под ред. С.В. Матвеева. – СПб.: Изд-во СПбМГУ им. акад. И.П. Павлова, 2010. – 152 с.
60. Шилин Ю.Н., Каневская А.В. Теория и методика тренировки в дартс: Учебное пособие для студентов вузов физической культуры. – М.: СпортАкадемПресс, 2003 – 120 с.
61. Шипилина И.А., Самохин И.В. Фитнес-спорт. / Серия «Образовательные технологии в массовом и олимпийском спорте» - Ростов н/Д: «Феникс», 2004. – 224 с.

Интернет - ресурсы:

1. Официальный сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации: Web: <http://minstm.gov.ru>.
2. Федеральный портал «Российское образование»: Web: <http://www.edu.ru>.
3. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» Web: <http://www.infosport.ru/xml/t/default.xml>
4. Официальный сайт Олимпийского комитета России Web: www.olympic.ru
5. Сайт Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009) Web: <http://goup32441.narod.ru>.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
уметь использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	физические упражнения, подвижные игры, занятия спортом, сдача нормативов.
знать о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;	практические занятия, наблюдение, выполнение упражнений на занятии, работа с разными источниками информации.
знать основы здорового образа жизни	практические занятия, наблюдение, выполнение упражнений на занятии, работа с разными источниками информации.

Разработчики:

ОГАПОУ

«ТМК имени Э.В. Денисова»

(место работы)

методист

(занимаемая должность)

И.В. Дронюк

(инициалы, фамилия)

Областное государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
«Томский музыкальный колледж имени Э.В. Денисова»

«Утверждаю»
Директор ОГАПОУ
«ТМК имени Э.В. Денисова»
_____/М.П. Смирнова/
« ____ » _____ 2023 г.

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОГСЭ.05. АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
для специальности
53.02.04 Вокальное искусство

Программа учебной дисциплины «Адаптивная физическая культура» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) среднего профессионального образования (далее СПО) для специальности 53.02.04 «Вокальное искусство» от 27.10.2014 г. приказ № 1381.

Организация – разработчик: ОГАПОУ «ТМК имени Э.В. Денисова»

Разработчик: Дронюк И.В., методист

Одобрено на заседании предметно-цикловой комиссии «Общеобразовательные дисциплины»

Протокол № ____ от «____» _____ 20__ г.

Председатель ПЦК _____ / _____

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе _____ /Лаптева С.М./

«____» _____ 20__ г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по научно-методической и творческой работе _____ /Зайцева Л.А./

«____» _____ 20__ г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 53.02.04 «Вокальное искусство».

Программа учебной дисциплины «Адаптивная физическая культура» предназначена для обучающихся - инвалидов или обучающихся с ОВЗ, освобожденных от физической нагрузки по медицинским показаниям.

Адаптивная 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.

Данная рабочая программа Адаптивная физическая культура 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.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

основы здорового образа жизни

Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины для обучающихся с ОВЗ:

- 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.

Программа «Адаптивная физическая культура» направлена на освоение знаний в области физической культуры и спорта, на формирование у обучающихся - инвалидов и обучающихся с ОВЗ жизненных, социальных и профессиональных мотиваций.

В результате освоения учебной дисциплины адаптационного курса обучающийся - инвалид или обучающийся с ОВЗ 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.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 265 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 142 часа;

самостоятельной работы обучающегося 123 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка	265
Обязательная аудиторная учебная нагрузка	142
в том числе:	
лекции	10
практические занятия	132
Самостоятельная работа обучающегося	123
в том числе:	
подготовка к практическим занятиям; написание рефератов; выполнение письменных работ; разработка презентаций; составление теста; составление кроссворда.	
Итоговая аттестация в форме зачёта	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1. Теоретический курс			10	
Тема 1.1. «Физическая культура» как учебная дисциплина	Содержание учебного материала		6	1,2
	1.	Специфика и особенности предмета: «Физическая культура».		
	2.	Техника безопасности как один из факторов здоровьесбережения.		
	3.	Методы и формы работы на уроках физической культуры.		
	Самостоятельная работа обучающихся: работа с учебной литературой		4	3
Раздел 2. Практический раздел (учебно – тренировочный)			255	
Тема 2.1. Лёгкая атлетика	Содержание учебного материала		1	1, 2
	1.	Лёгкая атлетика и ее роль в физическом воспитании.		
	Практические занятия (работа с литературой)		34	1, 2
	1.	Равномерный и переменный бег.		
	2.	Прыжковые упражнения.		
	3.	Специально-беговые упражнения.		
	4.	Бег с ускорением до 60 м. «Бег за лидером».		
	5.	Бег с ускорением в горку до 20 метров.		
	6.	Ускорения до 60 м.		
	7.	Техника прыжка в длину с места.		
	8.	Техника высокого старта.		
	9.	Ускорения из различных исходных положений.		
	10.	Техника передачи эстафетной палочки – показ, объяснение.		
	11.	Имитация передачи палочки на месте.		
	12.	Эстафеты с передачей палочки.		
	13.	Бег на средние и длинные дистанции: 300, 500, 1000, 2000, 3000 м		
	14.	Игровые двигательные задания с элементами легкой атлетики.		

	15.	Комплексы специально-подготовительных упражнений.		
	16.	Развитие выносливости, быстроты, скоростно-силовых способностей.		
	17.	Круговая тренировка.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Написание реферата и его защита		30	3
Тема 2.2. Гимнастика	Содержание учебного материала		1	1
	1.	Гимнастика и её роль в физическом воспитании		
	Практические занятия (работа с литературой)		3	1, 2
	1.	Ритмическая гимнастика, аэробика.		
	2	Физические упражнения на гибкость, координацию, пластику движений.		
	3.	Базовые шаги, движения руками.		
	4.	Танцевальные упражнения с ритмотемповой направленностью.		
	5.	Физические упражнения локального воздействия с отягощениями и без отягощений на основные мышечные группы.		
	6.	Комплексы упражнений на тренажерах.		
	7.	Степ-аэробика.		
	8.	Основные виды шагов и техника их выполнения.		
	9.	Движения рук в степ-аэробике.		
	10.	Попеременные выпады.		
	11.	Силовые упражнения и техника их выполнения.		
	12.	Обучение базовым упражнениям атлетической гимнастики.		
	13.	Обучение упражнениям для развития верхнего плечевого пояса.		
	14.	Обучение упражнениям для развития нижних конечностей.		
	15.	Обучение упражнениям для развития мышц-сгибателей и разгибателей туловища.		
	16.	Круговая тренировка.		
	17.	Раздельная тренировка по мышечным группам (грудь, плечи, руки, ноги, спина).		
	18.	Круговая тренировка.		
	19.	Комплексы гимнастических упражнений.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Создание презентации и ее защита		30	
Тема 2.3. Спортивные игры	Содержание учебного материала		1	1, 2
	1.	Особенности организации и проведения спортивных игр.		
	Практические занятия (работа с литературой)		32	2,3

	1.	Волейбол. Исходное положение (стойки), перемещения, передача, подача, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении вперед и последующим скольжением на груди-животе, блокирование, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам волейбола. Игра по правилам.		
	2.	Баскетбол. Ловля и передача мяча, ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком), вырывание и выбивание (приемы овладения мячом), прием техники защиты - перехват, приемы, применяемые против броска, накрывание, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам.		
	3.	Ручной мяч. Передача и ловля мяча в тройках, передача и ловля мяча с откосом от площадки, бросок мяча из опорного положения с сопротивлением защитнику, перехваты мяча, выбивание или отбор мяча, тактика игры, скрестное перемещение, подстраховка защитника, нападение, контратака.		
	4.	Футбол. Удар по летящему мячу средней частью подъема ноги, удары головой на месте и в прыжке, остановка мяча ногой, грудью, отбор мяча, обманные движения, техника игры вратаря, тактика защиты, тактика нападения. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игра по правилам.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление теста и кроссворда		30	3
Тема 2.4. Лыжная подготовка	Содержание учебного материала		1	1
	1.	Особенности лыжной подготовки и ходьбы на лыжах.		
	Практические занятия (работа с литературой)		32	2
	1.	Лыжная подготовка в системе физического воспитания студентов.		
	2.	Основы передвижения на лыжах.		
	3.	Одновременный бесшажный ход.		
	4.	Одновременный двухшажный.		
	5.	Попеременный двухшажный ход.		
	6.	Подъем елочкой.		
	7.	Торможение плугом.		
	8.	Прохождение дистанции 2 км.		
	9.	Игры «Эстафета с передачей палок».		
	10.	Прохождение дистанции 3 км.		
	11.	Одновременный одношажный ход.		

	12.	Подъем в гору скользящим шагом.				
	13.	Поворот на месте махом.				
	14.	Игра «Гонки с преследованием».				
	15.	Коньковый ход.				
	16.	Торможение и поворот плугом.				
	17.	Прохождение дистанции 4 км.				
	18.	Попеременный четырехшажный ход.				
	20.	Переход с попеременных ходов на одновременный.				
	21.	Прохождение дистанции 5 км без учета времени.				
	22.	Прохождение дистанции 3 км с учетом времени.				
	23.	Развитие общей и скоростной выносливости.				
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка к письменному и устному опросу				29	3
	Всего: 265 часов					

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

В соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальностям СПО в Перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений образовательного учреждения включены следующие помещения, которые должны отвечать действующим санитарным и противопожарным нормам:

Спортивный комплекс:

спортивный зал;

открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий;

В зависимости от возможностей, которыми располагает образовательное учреждение, для реализации учебной дисциплины «Физическая культура» могут быть использованы:

тренажерный зал;

плавательный бассейн;

лыжная база с лыжехранилищем;

специализированные спортивные залы (зал спортивных игр, гимнастики, хореографии и др.);

открытые спортивные площадки: баскетбольная, бадминтонная, волейбольная, теннисная, мини-футбольная, хоккейная;

футбольное поле с замкнутой беговой дорожкой, секторами для прыжков и метаний;

гимнастическая площадка;

каток;

учебно-методический кабинет, оснащенный техническими средствами обучения, методическим обеспечением и компьютерами, имеющими выход в сеть Интернет, для внеаудиторной работы;

помещение для хранения спортивного инвентаря и др.

Все помещения, объекты физической культуры и спорта и места для занятий физической подготовкой, на которых реализуется учебная дисциплина «Физическая культура», должны быть оснащены соответствующим оборудованием и инвентарем в зависимости от изучаемых разделов программы и видов спорта. Программа учебной дисциплины «Физическая культура» образовательного учреждения должна включать перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря, необходимого для её реализации.

Примерный перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря.

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды (перекладина, брус, бревно, конь с ручками, конь для прыжков и др.), тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат, шест для лазания, канат для перетягивания, стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, беговая дорожка, ковер борцовский или татами, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири 16, 24, 32 кг, секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления и др.;

кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита или стойки баскетбольные, защита для баскетбольного щита и стоек, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, защита на волейбольные стойки, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, гасители для ворот мини-футбольных, мячи для мини-футбола и др.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий:

стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, решетка для места приземления, указатель расстояний для тройного прыжка, брус отталкивания для прыжков в длину и тройного прыжка, турник уличный, брус уличный, рукоход уличный, полоса препятствий, ворота футбольные, сетки для футбольных ворот, мячи футбольные, сетка для переноса мячей, колодки стартовые, барьеры для бега, стартовые флажки или стартовый пистолет, флажки красные и белые, палочки эстафетные, гранаты учебные Ф-1, круг для метания ядра, упор для ног для метания ядра, ядра, указатели дальности метания на 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55 м, нагрудные номера, тумбы «Старт-Финиш», «Поворот», рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры.

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

Комплект мультимедийного оборудования для проведения методико-практических занятий и презентаций комплексов упражнений:

персональный компьютер специальной конфигурации; интерактивная доска; система тестирования и опроса; мультимедийный проектор (видеопроектор); экран; видеопрезентер; документ камера, видеомагнитофон, электронные носители, компьютеры для внеаудиторной работы.

Реализация учебной дисциплины требует наличия спортивного зала, оборудованного с учетом особых образовательных потребностей обучающихся - инвалидов и обучающихся с ОВЗ.

Оборудование спортивного зала:

- спортивный инвентарь, включая специализированный;
- комплект учебно - наглядных пособий;
- учебно - методический комплекс дисциплины

Технические средства обучения:

- компьютер для обучающихся и преподавателя;
- программное обеспечение общего и профессионального назначения.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Ломан Вольфганг. Бег, прыжки, метание. – М., 2015.
2. Копылов Ю.А. Система физвоспитания в образовательных учреждениях. – М, 2014.
3. Кузнецов В.С., Г. А. Колодницкий. Внеурочная деятельность учащихся. Гимнастика. – М.: Просвещение, 2014.
4. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. – М, 2014.
5. Федорова Н.А. Подвижные игры. – М, 2015.
6. Научно-методический журнал «Физическая культура в школе».

Дополнительные источники:

1. Алексеев С.В. Спортивное право России. Правовые основ физической культуры и спорта: учебник для студентов ВУЗов, обучающихся по направлениям 030500 «Юриспруденция» и 032101 «Физическая культура и спорт» /С.В. Алексеев; под ред. П.В. Крашенинникова. – 2-е изд., стереотип. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, Закон и право, 2007. – 671 с.
2. Анищенко В.С. Физическая культура: Методико-практические занятия студентов: Учеб.пособие.-М.: Изд-во РУДН, 2002. – 165 с.
3. Аппенянский А.И. Рекреология: тренировочный процесс в активном туризме [Текст]: учеб. пособие / А.И. Аппенянский; Российская международная академия туризма. – М.: Советский спорт, 2006. – 196 с.: ил.- (Профессиональное туристское образование).
4. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Под ред. Е.Б. Мякинченко и М.П. Шестакова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 304 с.
5. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ И.С. Барчуков, А.А. Нестеров; под общ. ред. Н.Н. Маликова. - 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 528 с.
6. Баршай В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. – Ростов н/Д: Феникс, 2009. – 314, (1) с.: ил.
7. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник/ А.А. Васильков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 381 с.: ил. – (Высшее образование).
8. Васильков А.А. Теория и методика спорта: учебник / А.А. Васильков. – Ростов н/Д : Феникс, 2008. – 379 с. – (Высшее образование).
9. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента. – М.: Издательство: Гардарики, 2007. - 224 с.
10. Виноградов Г.П. Атлетизм: Теория и методика тренировки [Текст]: Учебник для высших учебных заведений / Г.П. Виноградов. – М.: Советский спорт, 2009. – 328 с.: ил.

11. Гегель Ю.Г., Шубский А.О. Дзюдо от спорта до самообороны. Учебно-методическое пособие [Текст] / Ю.Г. Гегель, А.О. Шубский. – М.: Советский спорт, 2006. – 133 с.: ил.
12. Гимнастика М.Л. Журавин, О.В. Загрядская, Н.В. Казакевич и др.; под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. – 4-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 448 с.
13. Глейberman А.Н. Упражнения с предметами (гимнастическая палка) – М.: Физкультура и спорт, 2006 – 256 с., ил. (Спорт в рисунках).
14. Глейberman А.Н. Упражнения с предметами (гимнастическая скамейка, стенка) – М.: Физкультура и спорт, 2005 – 224 с., ил. (Спорт в рисунках).
15. Глейberman А.Н. Упражнения со скакалкой. – М.: Физкультура и Спорт, 2007 – 234 с., ил. (Спорт в рисунках).
16. Городнова М.Ю. Методические рекомендации к проведению урока профилактики наркологических заболеваний среди учащихся общеобразовательных учреждений. / Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2007. – 44 с.
17. Григоревич В.В. Всеобщая история физической культуры и спорта [Текст]: учеб. пособие / В.В. Григоревич. М.: Советский спорт, 2008. – 288с.
18. Грецов А.Г. Методика профилактики табакокурения в подростковых и молодежных группах. / Методическое пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2008. – 28 с.
19. Грецов А.Г. Психологический тренинг в профилактике наркозависимости подростков и молодежи в спорте, образовании, клубной работе / Учебное пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2007. – 156 с.
20. Гришина Ю.И. Каждому свою программу. Более 300 упражнений для здоровья и фигуры. СПб.: ООО «Синтез Бук». 2008. 336 с.
21. Губа В.П., Родин А.В. Волейбол в университете: Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе [Текст]: учебн. пособие / Д.В. Губа, А.В. Родин. – М.: Советский спорт, 2009. – 164 с.
22. Дворкин Л.С. Тяжелая атлетика [Текст]: учебник для вузов / Л.С. Дворкин; 1-я и 2-я главы – Л.С. Дворкин, А.П. Слободян. – М.: Советский спорт, 2005. – 600 с.
23. Добовчук С.В. Играйте в футбол: Учебное пособие. – М.: МГИУ, 2007. – 192 с.
24. Евсеев С.П. Формирование двигательных действий с помощью тренажеров / С.П. Евсеев. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 90 с.
25. Евсеев С.П. Тренажеры в гимнастике / С.П. Евсеев. – М.: Физкультура и спорт, 2003. – 254 с.
26. Евсеев Ю.И. Физическое воспитание / Ю.И. Евсеев. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 380 с.: ил. – (Высшее образование).
27. Железняк Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, В.М. Минбулатов. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 272 с.
28. Жилкин А.И. Легкая атлетика: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. – 6-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 464 с.
29. Жидких Т.М., Мельниченко И.И., Минеев В.С. Организация, подготовка и проведение Смотра-конкурса по физической подготовке учащихся допризывного возраста. – СПб.: Астерион, 2004. – 110 с.
30. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2000. – 448 с.
31. Кабачков В.А., Полиевский С.А. Профессиональная направленность физического воспитания в ПТУ. – М.: «Высшая школа», 1991. – 224 с.
32. Кабачков В.А. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи [Текст]: науч.-метод. пособие / В.А. Кабачков, С.А. Полиевский, А.Э. Буров. – М.: Советский спорт, 2010. – 296 с.: ил.
33. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний: Учебное пособие. – М.: Советский спорт. – 2003. – 224 с.
34. Лукьянов В.И. Россия и олимпийское движение: вчера-сегодня-завтра. – М.: Терра-Спорт, 2004. – 256 с.: ил.

35. Нестеровский Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 336 с.
36. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н.Ж. Булгаковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 432 с.
37. Олимпийский учебник студента [Текст]: учебное пособие для олимпийского образования в высших учебных заведениях В.С. Родиченко и др.: Олимпийский комитет России – 8-е издание, переработано и дополнено. – М.: Советский спорт, 2010. – 128 с.: ил.
38. Основы современного танца / С.С. Поляков. – Изд. 2-е – Ростов н/д: Феникс, 2006. – 80 с.: ил.
39. Плавание: Учебник для вузов / Под общ. ред. Н.Ж. Булгаковой. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 400 с., ил.
40. Полиевский С.А., Глейberman А.Н., Залетаев И.П. Общеразвивающие упражнения – М.: Физкультура и спорт, 2002. – 120 с., ил.
41. Полуниин А.И. Спортивно-оздоровительный бег. Рекомендации для тренирующихся самостоятельно. – М.: Советский спорт, 2004. – 112 с.
42. Пономарев Г.Н. Высшее профессиональное образование в области Физической культуры: состояние, предпосылки и направления обновления: Монография. – СПб.: Изд. РГПУ им. А.И. Герцена, 2003. – 262 с.
43. Примерная программа для учащихся X-XI классов общеобразовательных учреждений с углубленным изучением предмета «Физическая культура». Под редакцией А.Т. Паршикова. – М.: Издательство «Просвещение», 2000. – 94 с.
44. Раменская Т.И. Специальная подготовка лыжника. Учебная книга. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 228 с.
45. Родин А.В., Губа Д.В. Баскетбол в университете: Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе [Текст]: учебн. пособие / А.В. Родин, Д.В. Губа. М.: Советский спорт, 2009. – 168 с.
46. Рудман Д.Л. Самбо: настольная книга будущих чемпионов /Давид Рудман; худож. А. Штыхин. – М.: Дет. Лит., 2007. – 173 с.: ил.
47. Руненко С.Д. Фитнес: мифы, иллюзии, реальность (Текст) / С.Д.Руненко. – 2-е изд., стереот. – М.: Советский спорт, 2007. – 64 с.
48. Сайганова Е.Г. Физическая культура. Самостоятельная работа: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. – 228 с.
49. Сайганова Е.Г. Физическая культура : учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. – 270 с.
50. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин и др.; Под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 400 с.
51. Теория и методика физической культуры: Учебник / под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 4-е изд., – М.: Советский спорт, 2010. – 464 с.
52. Теория и организация адаптивной физической культуры [Текст]: учебник. – В 2 т. – Т. 1: Введение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры / Под общей ред. Проф. С.П. Евсеева. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2005. – 296.: ил.
53. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование: учеб. пособие для студ. высш. учебн. заведений / Г.С. Туманян. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 336 с.
54. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм [Текст]: учебник / Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков; под ред. В.А. Таймазова, Ю.Н. Федотова. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2008. – 464 с.: ил.
55. Физическая культура: Печатная версия электронного учебника / В.Ю. Волков, Л.М. Волкова: 2-ое изд. испр. и доп. – СПб.: Изд-во политехн. ун-та, 2009. – 322 с.
56. Физическая культура, обучение и здоровье: основы самостоятельной тренировки студентов вузов: учеб. пособие. – СПб.: СПбГУП. – 2008. – 156 с.
57. Физическая культура студента: Учебник для студентов высших учебных заведений / Под общей редакцией В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2009.

58. Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / (И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, С.С. Егоров и др.); под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2010. – 431 с.
59. Хомич М.М., Эммануэль Ю.В., Ванчакова Н.П. Комплексы корректирующих мероприятий при снижении адаптационных резервов организма на основе саногенетического мониторинга / под ред. С.В. Матвеева. – СПб.: Изд-во СПбМГУ им. акад. И.П. Павлова, 2010. – 152 с.
60. Шилин Ю.Н., Каневская А.В. Теория и методика тренировки в дартс: Учебное пособие для студентов вузов физической культуры. – М.: СпортАкадемПресс, 2003 – 120 с.
61. Шипилина И.А., Самохин И.В. Фитнес-спорт. / Серия «Образовательные технологии в массовом и олимпийском спорте» - Ростов н/Д: «Феникс», 2004. – 224 с.

Интернет - ресурсы:

1. Официальный сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации: Web: <http://minstm.gov.ru>.
2. Федеральный портал «Российское образование»: Web: <http://www.edu.ru>.
3. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» Web: <http://www.infosport.ru/xml/t/default.xml>
4. Официальный сайт Олимпийского комитета России Web: www.olympic.ru
5. Сайт Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009) Web: <http://goup32441.narod.ru>.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
уметь использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	физические упражнения, подвижные игры, занятия спортом, сдача нормативов.
знать о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;	практические занятия, наблюдение, выполнение упражнений на занятии, работа с разными источниками информации.
знать основы здорового образа жизни	практические занятия, наблюдение, выполнение упражнений на занятии, работа с разными источниками информации.

Разработчики:

ОГАПОУ

«ТМК имени Э.В. Денисова»

(место работы)

методист

(занимаемая должность)

И.В. Дронюк

(инициалы, фамилия)

Областное государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
«Томский музыкальный колледж имени Э.В. Денисова»

«Утверждаю»
Директор ОГАПОУ
«ТМК имени Э.В. Денисова»
_____/М.П. Смирнова/
« ____ » _____ 2023 г.

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОГСЭ.04. АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
для специальности
53.02.01 Музыкальное образование
(базовой подготовки)

Программа учебной дисциплины «Адаптивная физическая культура» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) среднего профессионального образования (далее СПО) для специальности 53.02.01 «Музыкальное образование (базовой подготовки)» от 13.08.2014 г. приказ № 993.

Организация – разработчик: ОГАПОУ «ТМК имени Э.В. Денисова»

Разработчик: Дронюк И.В., методист

Одобрено на заседании предметно-цикловой комиссии «Общеобразовательные дисциплины»

Протокол № ____ от «____» _____ 20__ г.

Председатель ПЦК _____/_____

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе _____/Лаптева С.М./

«____» _____ 20__ г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по научно-методической и творческой работе _____/Зайцева Л.А./

«____» _____ 20__ г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 53.02.01 «Музыкальное образование (базовой подготовки)».

Программа учебной дисциплины «Адаптивная физическая культура» предназначена для обучающихся - инвалидов или обучающихся с ОВЗ, освобожденных от физической нагрузки по медицинским показаниям.

Адаптивная 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.

Данная рабочая программа Адаптивная физическая культура 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.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

основы здорового образа жизни

Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины для обучающихся с ОВЗ:

- 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.

Программа «Адаптивная физическая культура» направлена на освоение знаний в области физической культуры и спорта, на формирование у обучающихся - инвалидов и обучающихся с ОВЗ жизненных, социальных и профессиональных мотиваций.

В результате освоения учебной дисциплины адаптационного курса обучающийся - инвалид или обучающийся с ОВЗ 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.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 372 часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 186 часа;

самостоятельной работы обучающегося 186 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка	372
Обязательная аудиторная учебная нагрузка	186
в том числе:	
лекции	14
практические занятия	172
Самостоятельная работа обучающегося	186
в том числе:	
подготовка к практическим занятиям; написание рефератов; выполнение письменных работ; разработка презентаций; составление теста; составление кроссворда.	
Итоговая аттестация в форме зачёта	

1.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1. Теоретический курс			24	
Тема 1.1. «Физическая культура» как учебная дисциплина	Содержание учебного материала		6	1,2
	1.	Специфика и особенности предмета: «Физическая культура».		
	2.	Техника безопасности как один из факторов здоровьесбережения.		
	3.	Методы и формы работы на уроках физической культуры.		
	Самостоятельная работа обучающихся: работа с учебной литературой		18	3
Раздел 2. Практический раздел (учебно – тренировочный)			348	
Тема 2.1. Лёгкая атлетика	Содержание учебного материала		2	1, 2
	1.	Лёгкая атлетика и ее роль в физическом воспитании.	40	1, 2
	Практические занятия (работа с литературой)			
	1.	Равномерный и переменный бег.		
	2.	Прыжковые упражнения.		
	3.	Специально-беговые упражнения.		
	4.	Бег с ускорением до 60 м. «Бег за лидером».		
	5.	Бег с ускорением в горку до 20 метров.		
	6.	Ускорения до 60 м.		
	7.	Техника прыжка в длину с места.		
	8.	Техника высокого старта.		
	9.	Ускорения из различных исходных положений.		
	10.	Техника передачи эстафетной палочки – показ, объяснение.		
	11.	Имитация передачи палочки на месте.		
	12.	Эстафеты с передачей палочки.		
	13.	Бег на средние и длинные дистанции: 300, 500, 1000, 2000, 3000 м		
	14.	Игровые двигательные задания с элементами легкой атлетики.		
	15.	Комплексы специально-подготовительных упражнений.		

	16.	Развитие выносливости, быстроты, скоростно-силовых способностей.	42	3
	17.	Круговая тренировка.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Написание реферата и его защита			
Тема 2.2. Гимнастика	Содержание учебного материала		2	1
	1.	Гимнастика и её роль в физическом воспитании	42	1, 2
	Практические занятия (работа с литературой)			
	1.	Ритмическая гимнастика, аэробика.		
	2	Физические упражнения на гибкость, координацию, пластику движений.		
	3.	Базовые шаги, движения руками.		
	4.	Танцевальные упражнения с ритмотемповой направленностью.		
	5.	Физические упражнения локального воздействия с отягощениями и без отягощений на основные мышечные группы.		
	6.	Комплексы упражнений на тренажерах.		
	7.	Степ-аэробика.		
	8.	Основные виды шагов и техника их выполнения.		
	9.	Движения рук в степ-аэробике.		
	10.	Попеременные выпады.		
	11.	Силовые упражнения и техника их выполнения.		
	12.	Обучение базовым упражнениям атлетической гимнастики.		
	13.	Обучение упражнениям для развития верхнего плечевого пояса.		
	14.	Обучение упражнениям для развития нижних конечностей.		
	15.	Обучение упражнениям для развития мышц-сгибателей и разгибателей туловища.		
	16.	Круговая тренировка.		
	17.	Раздельная тренировка по мышечным группам (грудь, плечи, руки, ноги, спина).		
	18.	Круговая тренировка.		
	19.	Комплексы гимнастических упражнений.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Создание презентации и ее защита		42	
Тема 2.3. Спортивные игры	Содержание учебного материала		2	1, 2
	1.	Особенности организации и проведения спортивных игр.	44	2,3
	Практические занятия (работа с литературой)			
	1.	Волейбол. Исходное положение (стойки), перемещения, передача, подача, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападением и		

		перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении вперед и последующим скольжением на груди-животе, блокирование, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам волейбола. Игра по правилам.		
	2.	Баскетбол. Ловля и передача мяча, ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком), вырывание и выбивание (приемы овладения мячом), прием техники защиты - перехват, приемы, применяемые против броска, накрывание, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам.		
	3.	Ручной мяч. Передача и ловля мяча в тройках, передача и ловля мяча с откосом от площадки, бросок мяча из опорного положения с сопротивлением защитнику, перехваты мяча, выбивание или отбор мяча, тактика игры, скрестное перемещение, подстраховка защитника, нападение, контратака.		
	4.	Футбол. Удар по летящему мячу средней частью подъема ноги, удары головой на месте и в прыжке, остановка мяча ногой, грудью, отбор мяча, обманные движения, техника игры вратаря, тактика защиты, тактика нападения. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игра по правилам.		
Самостоятельная работа обучающихся: Составление теста и кроссворда			42	3
Тема 2.4. Лыжная подготовка	Содержание учебного материала		2	1
	1.	Особенности лыжной подготовки и ходьбы на лыжах.	46	2
	Практические занятия (работа с литературой)			
	1.	Лыжная подготовка в системе физического воспитания студентов.		
	2.	Основы передвижения на лыжах.		
	3.	Одновременный бесшажный ход.		
	4.	Одновременный двухшажный.		
	5.	Попеременный двухшажный ход.		
	6.	Подъем елочкой.		
	7.	Торможение плугом.		
	8.	Прохождение дистанции 2 км.		
	9.	Игры «Эстафета с передачей палок».		
	10.	Прохождение дистанции 3 км.		
	11.	Одновременный одношажный ход.		
	12.	Подъем в гору скользящим шагом.		
13.	Поворот на месте махом.			

	14.	Игра «Гонки с преследованием».		
	15.	Коньковый ход.		
	16.	Торможение и поворот плугом.		
	17.	Прохождение дистанции 4 км.		
	18.	Попеременный четырехшажный ход.		
	20.	Переход с попеременных ходов на одновременный.		
	21.	Прохождение дистанции 5 км без учета времени.		
	22.	Прохождение дистанции 3 км с учетом времени.		
	23.	Развитие общей и скоростной выносливости.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка к письменному и устному опросу			
Всего: 372 часа				

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

В соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальностям СПО в Перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений образовательного учреждения включены следующие помещения, которые должны отвечать действующим санитарным и противопожарным нормам:

Спортивный комплекс:

спортивный зал;

открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий;

В зависимости от возможностей, которыми располагает образовательное учреждение, для реализации учебной дисциплины «Физическая культура» могут быть использованы:

тренажерный зал;

плавательный бассейн;

лыжная база с лыжехранилищем;

специализированные спортивные залы (зал спортивных игр, гимнастики, хореографии и др.);

открытые спортивные площадки: баскетбольная, бадминтонная, волейбольная, теннисная, мини-футбольная, хоккейная;

футбольное поле с замкнутой беговой дорожкой, секторами для прыжков и метаний;

гимнастическая площадка;

каток;

учебно-методический кабинет, оснащенный техническими средствами обучения, методическим обеспечением и компьютерами, имеющими выход в сеть Интернет, для внеаудиторной работы;

помещение для хранения спортивного инвентаря и др.

Все помещения, объекты физической культуры и спорта и места для занятий физической подготовкой, на которых реализуется учебная дисциплина «Физическая культура», должны быть оснащены соответствующим оборудованием и инвентарем в зависимости от изучаемых разделов программы и видов спорта. Программа учебной дисциплины «Физическая культура» образовательного учреждения должна включать перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря, необходимого для её реализации.

Примерный перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря.

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды (перекладина, брусья, бревно, конь с ручками, конь для прыжков и др.), тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат, шест для лазания, канат для перетягивания, стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, беговая дорожка, ковер борцовский или татами, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири 16, 24, 32 кг, секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления и др.;

кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита или стойки баскетбольные, защита для баскетбольного щита и стоек, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, защита на волейбольные стойки, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, гасители для ворот мини-футбольных, мячи для мини-футбола и др.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий:

стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, решетка для места приземления, указатель расстояний для тройного прыжка, брусек отталкивания для прыжков в длину и тройного прыжка, турник уличный, брусья уличные, рукоход уличный, полоса препятствий, ворота футбольные, сетки для футбольных ворот, мячи футбольные, сетка для переноса мячей, колодки стартовые, барьеры для бега, стартовые флажки или стартовый пистолет, флажки красные и белые, палочки эстафетные, гранаты учебные Ф-1, круг для метания ядра, упор для ног для метания ядра, ядра, указатели дальности метания на 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55 м, нагрудные номера, тумбы «Старт-Финиш», «Поворот», рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры.

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

Комплект мультимедийного оборудования для проведения методико-практических занятий и презентаций комплексов упражнений:

персональный компьютер специальной конфигурации; интерактивная доска; система тестирования и опроса; мультимедийный проектор (видеопроектор); экран; видеопрезентер; документ камера, видеомэгнитофон, электронные носители, компьютеры для внеаудиторной работы.

Реализация учебной дисциплины требует наличия спортивного зала, оборудованного с учетом особых образовательных потребностей обучающихся - инвалидов и обучающихся с ОВЗ.

Оборудование спортивного зала:

- спортивный инвентарь, включая специализированный;
- комплект учебно - наглядных пособий;
- учебно - методический комплекс дисциплины

Технические средства обучения:

- компьютер для обучающихся и преподавателя;
- программное обеспечение общего и профессионального назначения.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Ломан Вольфганг. Бег, прыжки, метание. – М., 2015.
2. Копылов Ю.А. Система физвоспитания в образовательных учреждениях. – М, 2014.
3. Кузнецов В.С., Г. А. Колодницкий. Внеурочная деятельность учащихся. Гимнастика. – М.: Просвещение, 2014.
4. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. – М, 2014.
5. Федорова Н.А. Подвижные игры. – М, 2015.
6. Научно-методический журнал «Физическая культура в школе».

Дополнительные источники:

1. Алексеев С.В. Спортивное право России. Правовые основ физической культуры и спорта: учебник для студентов ВУЗов, обучающихся по направлениям 030500 «Юриспруденция» и 032101 «Физическая культура и спорт» /С.В. Алексеев; под ред. П.В. Крашенинникова. – 2-е изд., стереотип. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, Закон и право, 2007. – 671 с.
2. Анищенко В.С. Физическая культура: Методико-практические занятия студентов: Учеб.пособие.-М.: Изд-во РУДН, 2002. – 165 с.
3. Аппенянский А.И. Рекреология: тренировочный процесс в активном туризме [Текст]: учеб. пособие / А.И. Аппенянский; Российская международная академия туризма. – М.: Советский спорт, 2006. – 196 с.: ил.- (Профессиональное туристское образование).
4. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Под ред. Е.Б. Мякинченко и М.П. Шестакова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 304 с.
5. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ И.С. Барчуков, А.А. Нестеров; под общ. ред. Н.Н. Маликова. - 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 528 с.
6. Баршай В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. – Ростов н/Д: Феникс, 2009. – 314, (1) с.: ил.
7. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник/ А.А. Васильков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 381 с.: ил. – (Высшее образование).
8. Васильков А.А. Теория и методика спорта: учебник / А.А. Васильков. – Ростов н/Д : Феникс, 2008. – 379 с. – (Высшее образование).
9. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента. – М.: Издательство: Гардарики, 2007. - 224 с.
10. Виноградов Г.П. Атлетизм: Теория и методика тренировки [Текст]: Учебник для высших учебных заведений / Г.П. Виноградов. – М.: Советский спорт, 2009. – 328 с.: ил.

11. Гергель Ю.Г., Шубский А.О. Дзюдо от спорта до самообороны. Учебно-методическое пособие [Текст] / Ю.Г. Гергель, А.О. Шубский. – М.: Советский спорт, 2006. – 133 с.: ил.
12. Гимнастика М.Л. Журавин, О.В. Загрядская, Н.В. Казакевич и др.; под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меншикова. – 4-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 448 с.
13. Глейberman А.Н. Упражнения с предметами (гимнастическая палка) – М.: Физкультура и спорт, 2006 – 256 с., ил. (Спорт в рисунках).
14. Глейberman А.Н. Упражнения с предметами (гимнастическая скамейка, стенка) – М.: Физкультура и спорт, 2005 – 224 с., ил. (Спорт в рисунках).
15. Глейberman А.Н. Упражнения со скакалкой. – М.: Физкультура и Спорт, 2007 – 234 с., ил. (Спорт в рисунках).
16. Городнова М.Ю. Методические рекомендации к проведению урока профилактики наркологических заболеваний среди учащихся общеобразовательных учреждений. / Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2007. – 44 с.
17. Григоревич В.В. Всеобщая история физической культуры и спорта [Текст]: учеб. пособие / В.В. Григоревич. М.: Советский спорт, 2008. – 288с.
18. Грецов А.Г. Методика профилактики табакокурения в подростковых и молодежных группах. / Методическое пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2008. – 28 с.
19. Грецов А.Г. Психологический тренинг в профилактике наркозависимости подростков и молодежи в спорте, образовании, клубной работе / Учебное пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2007. – 156 с.
20. Гришина Ю.И. Каждому свою программу. Более 300 упражнений для здоровья и фигуры. СПб.: ООО «Синтез Бук». 2008. 336 с.
21. Губа В.П., Родин А.В. Волейбол в университете: Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе [Текст]: учебн. пособие / Д.В. Губа, А.В. Родин. – М.: Советский спорт, 2009. – 164 с.
22. Дворкин Л.С. Тяжелая атлетика [Текст]: учебник для вузов / Л.С. Дворкин; 1-я и 2-я главы – Л.С. Дворкин, А.П. Слободян. – М.: Советский спорт, 2005. – 600 с.
23. Добовчук С.В. Играйте в футбол: Учебное пособие. – М.: МГИУ, 2007. – 192 с.
24. Евсеев С.П. Формирование двигательных действий с помощью тренажеров / С.П. Евсеев. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 90 с.
25. Евсеев С.П. Тренажеры в гимнастике / С.П. Евсеев. – М.: Физкультура и спорт, 2003. – 254 с.
26. Евсеев Ю.И. Физическое воспитание / Ю.И. Евсеев. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 380 с.: ил. – (Высшее образование).
27. Железняк Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, В.М. Минбулатов. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 272 с.
28. Жилкин А.И. Легкая атлетика: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. – 6-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 464 с.
29. Жидких Т.М., Мельниченко И.И., Минеев В.С. Организация, подготовка и проведение Смотра-конкурса по физической подготовке учащихся допризывного возраста. – СПб.: Астерион, 2004. – 110 с.
30. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2000. – 448 с.
31. Кабачков В.А., Полиевский С.А. Профессиональная направленность физического воспитания в ПТУ. – М.: «Высшая школа», 1991. – 224 с.
32. Кабачков В.А. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи [Текст]: науч.-метод. пособие / В.А. Кабачков, С.А. Полиевский, А.Э. Буров. – М.: Советский спорт, 2010. – 296 с.: ил.
33. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний: Учебное пособие. – М.: Советский спорт. – 2003. – 224 с.
34. Лукьянов В.И. Россия и олимпийское движение: вчера-сегодня-завтра. – М.: Терра-Спорт, 2004. – 256 с.: ил.

35. Нестеровский Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 336 с.
36. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н.Ж. Булгаковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 432 с.
37. Олимпийский учебник студента [Текст]: учебное пособие для олимпийского образования в высших учебных заведениях В.С. Родиченко и др.: Олимпийский комитет России – 8-е издание, переработано и дополнено. – М.: Советский спорт, 2010. – 128 с.: ил.
38. Основы современного танца / С.С. Поляков. – Изд. 2-е – Ростов н/д: Феникс, 2006. – 80 с.: ил.
39. Плавание: Учебник для вузов / Под общ. ред. Н.Ж. Булгаковой. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 400 с., ил.
40. Полиевский С.А., Глейberman А.Н., Залетаев И.П. Общеразвивающие упражнения – М.: Физкультура и спорт, 2002. – 120 с., ил.
41. Полунин А.И. Спортивно-оздоровительный бег. Рекомендации для тренирующихся самостоятельно. – М.: Советский спорт, 2004. – 112 с.
42. Пономарев Г.Н. Высшее профессиональное образование в области Физической культуры: состояние, предпосылки и направления обновления: Монография. – СПб.: Изд. РГПУ им. А.И. Герцена, 2003. – 262 с.
43. Примерная программа для учащихся X-XI классов общеобразовательных учреждений с углубленным изучением предмета «Физическая культура». Под редакцией А.Т. Паршикова. – М.: Издательство «Просвещение», 2000. – 94 с.
44. Раменская Т.И. Специальная подготовка лыжника. Учебная книга. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 228 с.
45. Родин А.В., Губа Д.В. Баскетбол в университете: Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе [Текст]: учебн. пособие / А.В. Родин, Д.В. Губа. М.: Советский спорт, 2009. – 168 с.
46. Рудман Д.Л. Самбо: настольная книга будущих чемпионов /Давид Рудман; худож. А. Штыхин. – М.: Дет. Лит., 2007. – 173 с.: ил.
47. Руненко С.Д. Фитнес: мифы, иллюзии, реальность (Текст) / С.Д.Руненко. – 2-е изд., стереот. – М.: Советский спорт, 2007. – 64 с.
48. Сайганова Е.Г. Физическая культура. Самостоятельная работа: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. – 228 с.
49. Сайганова Е.Г. Физическая культура : учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. – 270 с.
50. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин и др.; Под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 400 с.
51. Теория и методика физической культуры: Учебник / под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 4-е изд., – М.: Советский спорт, 2010. – 464 с.
52. Теория и организация адаптивной физической культуры [Текст]: учебник. – В 2 т. – Т. 1: Введение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры / Под общей ред. Проф. С.П. Евсеева. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2005. – 296.: ил.
53. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование: учеб. пособие для студ. высш. учебн. заведений / Г.С. Туманян. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 336 с.
54. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм [Текст]: учебник / Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков; под ред. В.А. Таймазова, Ю.Н. Федотова. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2008. – 464 с.: ил.
55. Физическая культура: Печатная версия электронного учебника / В.Ю. Волков, Л.М. Волкова: 2-ое изд. испр. и доп. – СПб.: Изд-во политехн. ун-та, 2009. – 322 с.
56. Физическая культура, обучение и здоровье: основы самостоятельной тренировки студентов вузов: учеб. пособие. – СПб.: СПбГУП. – 2008. – 156 с.
57. Физическая культура студента: Учебник для студентов высших учебных заведений / Под общей редакцией В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2009.

58. Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / (И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, С.С. Егоров и др.); под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2010. – 431 с.
59. Хомич М.М., Эммануэль Ю.В., Ванчакова Н.П. Комплексы корректирующих мероприятий при снижении адаптационных резервов организма на основе саногенетического мониторинга / под ред. С.В. Матвеева. – СПб.: Изд-во СПбМГУ им. акад. И.П. Павлова, 2010. – 152 с.
60. Шилин Ю.Н., Каневская А.В. Теория и методика тренировки в дартс: Учебное пособие для студентов вузов физической культуры. – М.: СпортАкадемПресс, 2003 – 120 с.
61. Шипилина И.А., Самохин И.В. Фитнес-спорт. / Серия «Образовательные технологии в массовом и олимпийском спорте» - Ростов н/Д: «Феникс», 2004. – 224 с.

Интернет - ресурсы:

1. Официальный сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации: Web: <http://minstm.gov.ru>.
2. Федеральный портал «Российское образование»: Web: <http://www.edu.ru>.
3. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» Web: <http://www.infosport.ru/xml/t/default.xml>
4. Официальный сайт Олимпийского комитета России Web: www.olympic.ru
5. Сайт Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009) Web: <http://goup32441.narod.ru>.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
уметь использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	физические упражнения, подвижные игры, занятия спортом, сдача нормативов.
знать о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;	практические занятия, наблюдение, выполнение упражнений на занятии, работа с разными источниками информации.
знать основы здорового образа жизни	практические занятия, наблюдение, выполнение упражнений на занятии, работа с разными источниками информации.

Разработчики:

ОГАПОУ

«ТМК имени Э.В. Денисова»

(место работы)

методист

(занимаемая должность)

И.В. Дронюк

(инициалы, фамилия)

Областное государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
«Томский музыкальный колледж имени Э.В. Денисова»

«Утверждаю»
Директор ОГАПОУ
«ТМК имени Э.В. Денисова»
_____/М.П. Смирнова/
« ____ » _____ 2023 г.

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОГСЭ.05. АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
для специальности
53.02.01 Музыкальное образование
(углубленной подготовки)

Программа учебной дисциплины «Адаптивная физическая культура» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) среднего профессионального образования (далее СПО) для специальности 53.02.01 «Музыкальное образование (углубленной подготовки)» от 13.08.2014 г. приказ № 993.

Организация – разработчик: ОГАПОУ «ТМК имени Э.В. Денисова»

Разработчик: Дронюк И.В., методист

Одобрено на заседании предметно-цикловой комиссии «Общеобразовательные дисциплины»

Протокол № ____ от «____» _____ 20__ г.

Председатель ПЦК _____/_____

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе _____/Лаптева С.М./

«____» _____ 20__ г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по научно-методической и творческой работе _____/Зайцева Л.А./

«____» _____ 20__ г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 53.02.01 «Музыкальное образование (углубленной подготовки)».

Программа учебной дисциплины «Адаптивная физическая культура» предназначена для обучающихся - инвалидов или обучающихся с ОВЗ, освобожденных от физической нагрузки по медицинским показаниям.

Адаптивная 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.

Данная рабочая программа Адаптивная физическая культура 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.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

основы здорового образа жизни

Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины для обучающихся с ОВЗ:

- 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.

Программа «Адаптивная физическая культура» направлена на освоение знаний в области физической культуры и спорта, на формирование у обучающихся - инвалидов и обучающихся с ОВЗ жизненных, социальных и профессиональных мотиваций.

В результате освоения учебной дисциплины адаптационного курса обучающийся - инвалид или обучающийся с ОВЗ 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.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 528 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 264 часа;

самостоятельной работы обучающегося 264 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка	528
Обязательная аудиторная учебная нагрузка	264
в том числе:	
лекции	14
практические занятия	250
Самостоятельная работа обучающегося	264
в том числе:	
подготовка к практическим занятиям; написание рефератов; выполнение письменных работ; разработка презентаций; составление теста; составление кроссворда.	
Итоговая аттестация в форме зачёта	

1.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1. Теоретический курс			20	
Тема 1.1. «Физическая культура» как учебная дисциплина	Содержание учебного материала		6	1,2
	1.	Специфика и особенности предмета: «Физическая культура».		
	2.	Техника безопасности как один из факторов здоровьесбережения.		
	3.	Методы и формы работы на уроках физической культуры.		
	Самостоятельная работа обучающихся: работа с учебной литературой		14	3
Раздел 2. Практический раздел (учебно – тренировочный)			508	
Тема 2.1. Лёгкая атлетика	Содержание учебного материала		2	1,2
	1.	Лёгкая атлетика и ее роль в физическом воспитании.		
	Практические занятия (работа с литературой)		65	1,2
	1.	Равномерный и переменный бег.		
	2.	Прыжковые упражнения.		
	3.	Специально-беговые упражнения.		
	4.	Бег с ускорением до 60 м. «Бег за лидером».		
	5.	Бег с ускорением в горку до 20 метров.		
	6.	Ускорения до 60 м.		
	7.	Техника прыжка в длину с места.		
	8.	Техника высокого старта.		
	9.	Ускорения из различных исходных положений.		
	10.	Техника передачи эстафетной палочки – показ, объяснение.		
	11.	Имитация передачи палочки на месте.		
	12.	Эстафеты с передачей палочки.		
	13.	Бег на средние и длинные дистанции: 300, 500, 1000, 2000, 3000 м		
	14.	Игровые двигательные задания с элементами легкой атлетики.		

	15.	Комплексы специально-подготовительных упражнений.		
	16.	Развитие выносливости, быстроты, скоростно-силовых способностей.		
	17.	Круговая тренировка.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Написание реферата и его защита		65	3
Тема 2.2. Гимнастика	Содержание учебного материала		2	1
	1.	Гимнастика и её роль в физическом воспитании		
	Практические занятия (работа с литературой)		65	1,2
	1.	Ритмическая гимнастика, аэробика.		
	2	Физические упражнения на гибкость, координацию, пластику движений.		
	3.	Базовые шаги, движения руками.		
	4.	Танцевальные упражнения с ритмотемповой направленностью.		
	5.	Физические упражнения локального воздействия с отягощениями и без отягощений на основные мышечные группы.		
	6.	Комплексы упражнений на тренажерах.		
	7.	Степ-аэробика.		
	8.	Основные виды шагов и техника их выполнения.		
	9.	Движения рук в степ-аэробике.		
	10.	Попеременные выпады.		
	11.	Силовые упражнения и техника их выполнения.		
	12.	Обучение базовым упражнениям атлетической гимнастики.		
	13.	Обучение упражнениям для развития верхнего плечевого пояса.		
	14.	Обучение упражнениям для развития нижних конечностей.		
	15.	Обучение упражнениям для развития мышц-сгибателей и разгибателей туловища.		
	16.	Круговая тренировка.		
	17.	Раздельная тренировка по мышечным группам (грудь, плечи, руки, ноги, спина).		
	18.	Круговая тренировка.		
	19.	Комплексы гимнастических упражнений.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Создание презентации и ее защита		65	
Тема 2.3. Спортивные игры	Содержание учебного материала		2	1,2
	1.	Особенности организации и проведения спортивных игр.		
	Практические занятия (работа с литературой)		65	2,3

	1.	Волейбол. Исходное положение (стойки), перемещения, передача, подача, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении вперед и последующим скольжением на груди-животе, блокирование, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам волейбола. Игра по правилам.		
	2.	Баскетбол. Ловля и передача мяча, ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком), вырывание и выбивание (приемы овладения мячом), прием техники защиты - перехват, приемы, применяемые против броска, накрывание, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам.		
	3.	Ручной мяч. Передача и ловля мяча в тройках, передача и ловля мяча с откосом от площадки, бросок мяча из опорного положения с сопротивлением защитнику, перехваты мяча, выбивание или отбор мяча, тактика игры, скрестное перемещение, подстраховка защитника, нападение, контратака.		
	4.	Футбол. Удар по летящему мячу средней частью подъема ноги, удары головой на месте и в прыжке, остановка мяча ногой, грудью, отбор мяча, обманные движения, техника игры вратаря, тактика защиты, тактика нападения. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игра по правилам.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление теста и кроссворда		65	3
Тема 2.4. Лыжная подготовка	Содержание учебного материала		2	1
	1.	Особенности лыжной подготовки и ходьбы на лыжах.		
	Практические занятия (работа с литературой)		55	2
	1.	Лыжная подготовка в системе физического воспитания студентов.		
	2.	Основы передвижения на лыжах.		
	3.	Одновременный бесшажный ход.		
	4.	Одновременный двухшажный.		
	5.	Попеременный двухшажный ход.		
	6.	Подъем елочкой.		
	7.	Торможение плугом.		
	8.	Прохождение дистанции 2 км.		
	9.	Игры «Эстафета с передачей палок».		
	10.	Прохождение дистанции 3 км.		
	11.	Одновременный одношажный ход.		
	12.	Подъем в гору скользящим шагом.		
	13.	Поворот на месте махом.		

	14.	Игра «Гонки с преследованием».		
	15.	Коньковый ход.		
	16.	Торможение и поворот плугом.		
	17.	Прохождение дистанции 4 км.		
	18.	Попеременный четырехшажный ход.		
	20.	Переход с попеременных ходов на одновременный.		
	21.	Прохождение дистанции 5 км без учета времени.		
	22.	Прохождение дистанции 3 км с учетом времени.		
	23.	Развитие общей и скоростной выносливости.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка к письменному и устному опросу			
Всего: 528 часов				

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

В соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальностям СПО в Перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений образовательного учреждения включены следующие помещения, которые должны отвечать действующим санитарным и противопожарным нормам:

Спортивный комплекс:

спортивный зал;

открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий;

В зависимости от возможностей, которыми располагает образовательное учреждение, для реализации учебной дисциплины «Физическая культура» могут быть использованы:

тренажерный зал;

плавательный бассейн;

лыжная база с лыжехранилищем;

специализированные спортивные залы (зал спортивных игр, гимнастики, хореографии и др.);

открытые спортивные площадки: баскетбольная, бадминтонная, волейбольная, теннисная, мини-футбольная, хоккейная;

футбольное поле с замкнутой беговой дорожкой, секторами для прыжков и метаний;

гимнастическая площадка;

каток;

учебно-методический кабинет, оснащенный техническими средствами обучения, методическим обеспечением и компьютерами, имеющими выход в сеть Интернет, для внеаудиторной работы; помещение для хранения спортивного инвентаря и др.

Все помещения, объекты физической культуры и спорта и места для занятий физической подготовкой, на которых реализуется учебная дисциплина «Физическая культура», должны быть оснащены соответствующим оборудованием и инвентарем в зависимости от изучаемых разделов программы и видов спорта. Программа учебной дисциплины «Физическая культура» образовательного учреждения должна включать перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря, необходимого для её реализации.

Примерный перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря.

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды (перекладина, брус, бревно, конь с ручками, конь для прыжков и др.), тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат, шест для лазания, канат для перетягивания, стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, беговая дорожка, ковер борцовский или татами, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири 16, 24,32 кг, секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления и др.;

кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита или стойки баскетбольные, защита для баскетбольного щита и стоек, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, защита на волейбольные стойки, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, гасители для ворот мини-футбольных, мячи для мини-футбола и др.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий:

стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, решетка для места приземления, указатель расстояний для тройного прыжка, брусок отталкивания для прыжков в длину и тройного прыжка, турник уличный, брус уличные, рукоход уличный, полоса препятствий, ворота футбольные, сетки для футбольных ворот, мячи футбольные, сетка для переноса мячей, колодки стартовые, барьеры для бега, стартовые флажки или стартовый пистолет, флажки красные и белые, палочки эстафетные, гранаты учебные Ф-1, круг для метания ядра, упор для ног для метания ядра, ядра, указатели дальности метания на 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55 м, нагрудные номера, тумбы «Старт-Финиш», «Поворот», рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры.

В зависимости от возможностей материально-технической базы и наличия кадрового

потенциала перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря может быть дополнен или изменен.

Комплект мультимедийного оборудования для проведения методико-практических занятий и презентаций комплексов упражнений:

персональный компьютер специальной конфигурации; интерактивная доска; система тестирования и опроса; мультимедийный проектор (видеопроектор); экран; видеопрезентер; документ камера, видеомэгнитофон, электронные носители, компьютеры для внеаудиторной работы.

Реализация учебной дисциплины требует наличия спортивного зала, оборудованного с учетом особых образовательных потребностей обучающихся - инвалидов и обучающихся с ОВЗ.

Оборудование спортивного зала:

- спортивный инвентарь, включая специализированный;
- комплект учебно - наглядных пособий;
- учебно - методический комплекс дисциплины

Технические средства обучения:

- компьютер для обучающихся и преподавателя;
- программное обеспечение общего и профессионального назначения.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Ломан Вольфганг. Бег, прыжки, метание. – М., 2015.
2. Копылов Ю.А. Система физвоспитания в образовательных учреждениях. – М, 2014.
3. Кузнецов В.С., Г. А. Колодницкий. Внеурочная деятельность учащихся. Гимнастика. – М.: Просвещение, 2014.
4. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. – М, 2014.
5. Федорова Н.А. Подвижные игры. – М, 2015.
6. Научно-методический журнал «Физическая культура в школе».

Дополнительные источники:

1. Алексеев С.В. Спортивное право России. Правовые основ физической культуры и спорта: учебник для студентов ВУЗов, обучающихся по направлениям 030500 «Юриспруденция» и 032101 «Физическая культура и спорт» /С.В. Алексеев; под ред. П.В. Крашенинникова. – 2-е изд., стереотип. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, Закон и право, 2007. – 671 с.
2. Анищенко В.С. Физическая культура: Методико-практические занятия студентов: Учеб.пособие.-М.: Изд-во РУДН, 2002. – 165 с.
3. Аппенянский А.И. Рекреалогия: тренировочный процесс в активном туризме [Текст]: учеб. пособие / А.И. Аппенянский; Российская международная академия туризма. – М.: Советский спорт, 2006. – 196 с.: ил.- (Профессиональное туристское образование).
4. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Под ред. Е.Б. Мякинченко и М.П. Шестакова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 304 с.
5. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ И.С. Барчуков, А.А. Нестеров; под общ. ред. Н.Н. Маликова. - 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 528 с.
6. Баршай В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. – Ростов н/Д: Феникс, 2009. – 314, (1) с.: ил.
7. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник/ А.А. Васильков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 381 с.: ил. – (Высшее образование).
8. Васильков А.А. Теория и методика спорта: учебник / А.А. Васильков. – Ростов н/Д : Феникс, 2008. – 379 с. – (Высшее образование).
9. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента. – М.: Издательство: Гардарики, 2007. - 224 с.
10. Виноградов Г.П. Атлетизм: Теория и методика тренировки [Текст]: Учебник для высших учебных заведений / Г.П. Виноградов. – М.: Советский спорт, 2009. – 328 с.: ил.

11. Гергель Ю.Г., Шубский А.О. Дзюдо от спорта до самообороны. Учебно-методическое пособие [Текст] / Ю.Г. Гергель, А.О. Шубский. – М.: Советский спорт. 2006. – 133 с.: ил.
12. Гимнастика М.Л. Журавин, О.В. Загрядская, Н.В. Казакевич и др.; под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. – 4-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 448 с.
13. Глейberman А.Н. Упражнения с предметами (гимнастическая палка) – М.: Физкультура и спорт, 2006 – 256 с., ил. (Спорт в рисунках).
14. Глейberman А.Н. Упражнения с предметами (гимнастическая скамейка, стенка) – М.: Физкультура и спорт, 2005 – 224 с., ил. (Спорт в рисунках).
15. Глейberman А.Н. Упражнения со скакалкой. – М.: Физкультура и Спорт, 2007 – 234 с., ил. (Спорт в рисунках).
16. Городнова М.Ю. Методические рекомендации к проведению урока профилактики наркологических заболеваний среди учащихся общеобразовательных учреждений. / Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2007. – 44 с.
17. Григоревич В.В. Всеобщая история физической культуры и спорта [Текст]: учеб. пособие / В.В. Григоревич. М.: Советский спорт, 2008. – 288с.
18. Грецов А.Г. Методика профилактики табакокурения в подростковых и молодежных группах. / Методическое пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2008. – 28 с.
19. Грецов А.Г. Психологический тренинг в профилактике наркозависимости подростков и молодежи в спорте, образовании, клубной работе / Учебное пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2007. – 156 с.
20. Гришина Ю.И. Каждому свою программу. Более 300 упражнений для здоровья и фигуры. СПб.: ООО «Синтез Бук». 2008. 336 с.
21. Губа В.П., Родин А.В. Волейбол в университете: Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе [Текст]: учебн. пособие / Д.В. Губа, А.В. Родин. – М.: Советский спорт, 2009. – 164 с.
22. Дворкин Л.С. Тяжелая атлетика [Текст]: учебник для вузов / Л.С. Дворкин; 1-я и 2-я главы – Л.С. Дворкин, А.П. Слободян. – М.: Советский спорт, 2005. – 600 с.
23. Добовчук С.В. Играйте в футбол: Учебное пособие. – М.: МГИУ, 2007. – 192 с.
24. Евсеев С.П. Формирование двигательных действий с помощью тренажеров / С.П. Евсеев. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 90 с.
25. Евсеев С.П. Тренажеры в гимнастике / С.П. Евсеев. – М.: Физкультура и спорт, 2003. – 254 с.
26. Евсеев Ю.И. Физическое воспитание / Ю.И. Евсеев. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 380 с.: ил. – (Высшее образование).
27. Железняк Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, В.М. Минбулатов. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 272 с.
28. Жилкин А.И. Легкая атлетика: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. – 6-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 464 с.
29. Жидких Т.М., Мельниченко И.И., Минеев В.С. Организация, подготовка и проведение Смотра-конкурса по физической подготовке учащихся допризывного возраста. – СПб.: Астерион, 2004. – 110 с.
30. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2000. – 448 с.
31. Кабачков В.А., Полиевский С.А. Профессиональная направленность физического воспитания в ПТУ. – М.: «Высшая школа», 1991. – 224 с.
32. Кабачков В.А. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи [Текст]: науч.-метод. пособие / В.А. Кабачков, С.А. Полиевский, А.Э. Буров. – М.: Советский спорт, 2010. – 296 с.: ил.
33. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний: Учебное пособие. – М.: Советский спорт. – 2003. – 224 с.

34. Лукьянов В.И. Россия и олимпийское движение: вчера-сегодня-завтра. – М.: Терра-Спорт, 2004. – 256 с.: ил.
35. Нестеровский Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 336 с.
36. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н.Ж. Булгаковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 432 с.
37. Олимпийский учебник студента [Текст]: учебное пособие для олимпийского образования в высших учебных заведениях В.С. Родиченко и др.: Олимпийский комитет России – 8-е издание, переработано и дополнено. – М.: Советский спорт, 2010. – 128 с.: ил.
38. Основы современного танца / С.С. Поляков. – Изд. 2-е – Ростов н/д: Феникс, 2006. – 80 с.: ил.
39. Плавание: Учебник для вузов / Под общ. ред. Н.Ж. Булгаковой. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 400 с., ил.
40. Полиевский С.А., Глейberman А.Н., Залетаев И.П. Общеразвивающие упражнения – М.: Физкультура и спорт, 2002. – 120 с., ил.
41. Полунин А.И. Спортивно-оздоровительный бег. Рекомендации для тренирующихся самостоятельно. – М.: Советский спорт, 2004. – 112 с.
42. Пономарев Г.Н. Высшее профессиональное образование в области Физической культуры: состояние, предпосылки и направления обновления: Монография. – СПб.: Изд. РГПУ им. А.И. Герцена, 2003. – 262 с.
43. Примерная программа для учащихся X–XI классов общеобразовательных учреждений с углубленным изучением предмета «Физическая культура». Под редакцией А.Т. Паршикова. – М.: Издательство «Просвещение», 2000. – 94 с.
44. Раменская Т.И. Специальная подготовка лыжника. Учебная книга. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 228 с.
45. Родин А.В., Губа Д.В. Баскетбол в университете: Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе [Текст]: учебн. пособие / А.В. Родин, Д.В. Губа. М.: Советский спорт, 2009. – 168 с.
46. Рудман Д.Л. Самбо: настольная книга будущих чемпионов / Давид Рудман; худож. А. Штыхин. – М.: Дет. Лит., 2007. – 173 с.: ил.
47. Руненко С.Д. Фитнес: мифы, иллюзии, реальность (Текст) / С.Д. Руненко. – 2-е изд., стереот. – М.: Советский спорт, 2007. – 64 с.
48. Сайганова Е.Г. Физическая культура. Самостоятельная работа: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. – 228 с.
49. Сайганова Е.Г. Физическая культура : учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. – 270 с.
50. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин и др.; Под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 400 с.
51. Теория и методика физической культуры: Учебник / под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 4-е изд., – М.: Советский спорт, 2010. – 464 с.
52. Теория и организация адаптивной физической культуры [Текст]: учебник. – В 2 т. – Т. 1: Введение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры / Под общей ред. Проф. С.П. Евсеева. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2005. – 296.: ил.
53. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование: учеб. пособие для студ. высш. учебн. заведений / Г.С. Туманян. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 336 с.
54. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм [Текст]: учебник / Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков; под ред. В.А. Таймазова, Ю.Н. Федотова. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2008. – 464 с.: ил.
55. Физическая культура: Печатная версия электронного учебника / В.Ю. Волков, Л.М. Волкова: 2-ое изд. испр. и доп. – СПб.: Изд-во политехн. ун-та, 2009. – 322 с.
56. Физическая культура, обучение и здоровье: основы самостоятельной тренировки студентов вузов: учеб. пособие. – СПб.: СПбГУП. – 2008. – 156 с.

57. Физическая культура студента: Учебник для студентов высших учебных заведений / Под общей редакцией В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2009.
58. Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / (И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, С.С. Егоров и др.); под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2010. – 431 с.
59. Хомич М.М., Эммануэль Ю.В., Ванчакова Н.П. Комплексы корректирующих мероприятий при снижении адаптационных резервов организма на основе саногенетического мониторинга / под ред. С.В. Матвеева. – СПб.: Изд-во СПбМГУ им. акад. И.П. Павлова, 2010. – 152 с.
60. Шилин Ю.Н., Каневская А.В. Теория и методика тренировки в дартс: Учебное пособие для студентов вузов физической культуры. – М.: СпортАкадемПресс, 2003 – 120 с.
61. Шипилина И.А., Самохин И.В. Фитнес-спорт. / Серия «Образовательные технологии в массовом и олимпийском спорте» - Ростов н/Д: «Феникс», 2004. – 224 с.

Интернет - ресурсы:

1. Официальный сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации: Web: <http://minstm.gov.ru>.
2. Федеральный портал «Российское образование»: Web: <http://www.edu.ru>.
3. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» Web: <http://www.infosport.ru/xml/t/default.xml>
4. Официальный сайт Олимпийского комитета России Web: www.olympic.ru
5. Сайт Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009) Web: <http://goup32441.narod.ru>.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
уметь использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	физические упражнения, подвижные игры, занятия спортом, сдача нормативов.
знать о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;	практические занятия, наблюдение, выполнение упражнений на занятии, работа с разными источниками информации.
знать основы здорового образа жизни	практические занятия, наблюдение, выполнение упражнений на занятии, работа с разными источниками информации.

Разработчики:

ОГАПОУ

«ТМК имени Э.В. Денисова»
(место работы)

методист
(занимаемая должность)

И.В. Дронюк
(инициалы, фамилия)

