Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Логинова Людмила Фёдоровна
Должность: Директор
Дата подписания: 20.12.2023 14:40:42
Уникальный программный ключ:
80d29d5cd2cec08f43bbdd398af5d0d3de192aa9

Автономная некоммерческая организация профессионального образования
«Московский областной гуманитарно-социальный колледж»

УТВЕРЖДЕНА
заседанием Педагогического Совета
протокол № 6 от 29.06.2023 г.
приказ директора об утв. ППССЗ
№ 06-03/64 П от 30.06.2023 г.
Директор_____Логинова Л.Ф.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.05 Физическая культура

программы подготовки специалистов среднего звена по специальности
38.02.06 Финансы

Квалификация – ФИНАНСИСТ

Базовая подготовка

Красково- 2023

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности 38.02.06 Финансы.

Организация – разработчик: Автономная некоммерческая организация профессионального образования «Московский областной гуманитарно-социальный колледж».

Разработчики:

К.п.н., доц.	_____	Карпенко В.Б.
ученая степень, звание	*подпись*	*ФИО*

Рабочая программа учебной дисциплины утверждена на заседании Предметно-цикловой комиссии «Общих дисциплин профессиональной подготовки»
от «28» июня 2023 г. протокол № 6

Председатель Предметно-цикловой комиссии

К.ф.н., доц.	_____	Савчук Р.Р.
ученая степень, звание	*подпись*	

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 38.02.06 Финансы.

Учебная дисциплина «Физическая культура» имеет особое значение при формировании и развитии ОК 1, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08.

1.1 Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код компетенции	Формулировка компетенции	Знания, умения
ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам	Умения: распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составить план действия; определить необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)
		Знания: актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
ОК 02	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности	Умения: определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска
		Знания: номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации

ОК 03	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.	Умения: определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; применять современную научную профессиональную терминологию; определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования
		Знания: содержание актуальной нормативно-правовой документации; современная научная и профессиональная терминология; возможные траектории профессионального развития и самообразования
ОК 04	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.	Умения: организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности
		Знания: психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.	Умения: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности
		Знания: роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения

Содержание дисциплины должно быть ориентировано на формирование следующих **компетенций:**

- **общих:**

ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;
ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;
ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	162
Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем	
в том числе:	
теоретическое обучение	4
практические занятия	110
Самостоятельная работа	48
Промежуточная аттестация в форме зачетов, дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) *(если предусмотрены)*	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Тема 1 Социально-биологические основы физической культуры	**Теоретические занятие:** 1.Биологическое и социальное в индивидуальном развитии человека. 2.Анатомо-морфологические особенности и основные физиологические функции организма. 3.Динамические и статические аспекты физического развития. 4.Взаимосвязь физического воспитания с основами здорового образа жизни. 5.Система практических умений и навыков, обеспечивающая сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств обучающегося.	1	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.
	Средства текущего контроля: Групповое собеседование		
Тема 2 Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста	**Теоретические занятие:** 1.Личная и социально-экономическая необходимость специальной оздоровительной и психофизической подготовки к труду. 2.Оздоровительные и профилированные методы физического воспитания при занятиях различными видами двигательной активности. 3.Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания. 4.Контроль (тестирование) состояния здоровья, двигательных качеств, психофизиологических функций, к которым профессия (специальность) предъявляет	1	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.
	Средства текущего контроля: Групповое собеседование		
Тема 3	**Практические занятия:** Выявление уровня развития физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости) по индивидуальным заданиям на летний каникулярный период. 1. Подтягивание на перекладине (юноши), сгибание и разгибание рук в упоре лежа	6	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.

Тестирование общей физической подготовленности	(девушки), 2.Приседания на одной ноге 3.Бег 20 м 4. 3-х минутный бег 5.«Челночный бег» – 3х10 м (собирая 3 кубика). 6.Наклон вперед.		
	Средства текущего контроля: Мониторинг результатов		
Тема 4 Общеразвивающие и специальные упражнения	**Практические занятия:** 1.Роль общеразвивающих упражнений (ОРУ) в «разминке». 2.Направленность ОРУ, последовательность их выполнения, дозировка. 3.ОРУ без предметов и с предметами 4.Специфика специальных упражнений (СУ), их основная задача.	6	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.
	Средства текущего контроля: Индивидуальное и групповое собеседование		
Тема 5 Основы техники ходьбы	**Практические занятия:** 1.Определение ходьбы. Виды ходьбы. Фазы и моменты в ходьбе. 2.Строевой шаг. 3.СУ скороходов 4.Имитация техники работы рук 5.Ходьба по кругу. 6. Спортивная ходьба 1000 м	6	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.
	Средства текущего контроля: Оценка техники выполнения движения		
Тема 6 Основы техники бега	**Практические занятия:** 1.Определение бега. Отличие бега от ходьбы. Виды бега. Дистанции. 2.Варианты постановки ноги на грунт. Фазы бега. 3.Старт и его разновидности. Команды в старте. 4.Финиширование и его разновидности. 5.Повторный бег на разные дистанции	6	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.
	Средства текущего контроля: Оценка техники выполнения движения		

Тема 7 Основы техники прыжков	**Практические занятия:** 1.Определение прыжков. 2.Способы прыжков и эволюция их развития. 3.Фазы прыжков. 4.Прыжки со скакалкой 5.Основные способы преодоления вертикальных препятствий. 6.Преодоление вертикальных препятствий «барьерным шагом» 7.**Тетирование.** Темы «Основные понятия ФК». «Основы техники ходьбы, бега, прыжков»	6	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.
	Средства текущего контроля: Оценка техники выполнения движения Оценка результатов тестирования		
Тема 8 Олимпийские игры и их социальная значимость	**Теоретические занятие:** 1.История развития Древних Олимпийских игр. 2.Зарисовки структур олимпийской символики. 3.Летние и зимние Олимпийские игры. МОК и ОКР, их задачи и функции. 4.Инвалидный спорт и Олимпийское движение «Спейшел-Олимпик» («Паралимпийские игры»). 5. Составление сводных таблиц и схем.	1	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.
	Средства текущего контроля: Индивидуальное и групповое собеседование. Проверка практических заданий.		
Тема 9 Основные средства физического воспитания	**Практические занятия:** 1.Средства физического воспитания и двигательная задача (ДвЗ) 2.Физические упражнения – как основное средство физического воспитания. 3.Естественные силы природы (солнце, воздух, вода), гигиенические факторы и их роль в решении поставленных ДвЗ в совокупности с физическими упражнениями	6	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.
	Средства текущего контроля: Индивидуальное и групповое собеседование		
Тема 10. Методы физического воспитания	**Практические занятия:** 1.Метод физического воспитания – как способ решения ДвЗ . 2.Методы строго регламентированного упражнения и их разновидности. 3.Круговой метод 4.Методы частично регламентированного упражнения: игровой и соревновательный. 5.**Тетирование.** Тема. «Средства и методы физического воспитания»	6	

	Средства текущего контроля: Индивидуальное и групповое собеседование Оценка результатов тестирования		
Тема 11. Основы обучения двигательным действиям	**Практические занятия:** 1.Двигательное действие (ДД), «операция» и «основные опорные точки» (ООТ) 2.Описание ООТ в различных ДД, составление схемы операции 3.Этапы процесса обучения. Двигательное умение. Двигательный навык. 4.Положительный и отрицательный перенос навыка. 5.Трёхгранность процесса обучения 6.**Тестирование.** Тема «Обучение двигательным действиям»	6	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.
	Средства текущего контроля: Индивидуальное и групповое собеседование. Мониторинг результатов практического задания по «выделению» ООТ в различных ДД Оценка результатов тестирования		
Тема 12. Физические качества человека	**Практические занятия:** 1.Физические качества как свойства человека. 2.Сила как физическое качество. 3.Быстрота как комплексное качество: быстрота реакции, скорость одиночного движения, частота движения 4.Мощность как физическое качество. Определение понятия выносливости. Зоны относительной мощности работы (составление схемы). 5.Ловкость как физическое качество. 6.Гибкость – определение понятия. Факторы, определяющие гибкость. 7.**Тестирование**. Тема «Физические качества человека».	6	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.
	Средства текущего контроля: Индивидуальное и групповое собеседование. Проверка практического задания Оценка результатов тестирования		
Тема 13. Классификация физических упражнений	**Практические занятия:** 1.Единая спортивная классификация. 2.Классификация физических упражнений: по специфике их воздействия на развитие физических качеств, по их функции в процессе обучения, в системе подготовки, по характеру воздействия, по характеру двигательного режима, по формам организации нагрузок. 3.Физическая нагрузка и ее основные составляющие.	6	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.

	Средства текущего контроля: Индивидуальное и групповое собеседование		
Тема 14. Основы техники волейбола	**Практические занятия:** 1.Особенности организации и проведения занятий по волейболу. 2.Воспитание физических качеств, при занятиях волейболом 3.Типы стартовых стоек 4.Упражнения для изучения и совершенствования техники нападения: 5.Передачи 6.Упражнения для обучения и совершенствования техники защиты 7.Тактика игры 8.Двухсторонняя игра	6	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.
	Средства текущего контроля: Индивидуальное и групповое собеседование. Оценка техники отдельных элементов. Оценка действий в игровой ситуации.		
Тема 15. Тестирование общей физической подготовленности	**Практические занятия:** Выявление уровня развития основных физических качеств за двухгодичный период. 1.Быстрота – бег 20 м 2.Сила верхних конечностей: для юношей- подтягивания на перекладине, для девушек- сгибания и разгибания рук в упоре лежа 3.Сила нижних конечностей – приседания на одной ноге (правой, левой). 4.Ловкость – «челночный бег» – 3х10 м 5.Гибкость – наклон вперед 6.Выносливость – 3-х минутный бег	6	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.
	Средства текущего контроля: Мониторинг результатов		
	Средства текущего контроля: Групповое собеседование		
Тема 16. Физическая культура личности	**Теоретическое занятие:** 1.Влияние занятий физической культурой на личность 2.Формирование нравственных качеств, способность к самоконтролю, регулирование своего поведения 3.Развитие быстроты мышления, воли 4.Эстетическое воспитание на занятиях физической культурой	1	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.

	Средства текущего контроля: Групповое собеседование		
Тема 17. Тестирование общей физической подготовленности	**Практические занятия:** Выявление уровня развития физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости) по индивидуальным заданиям на летний каникулярный период. 1. Подтягивание на перекладине (юноши), сгибание и разгибание рук в упоре лежа (девушки), 2.Приседания на одной ноге 3.Бег 20 м 4. 3-х минутный бег 5.«Челночный бег» – 3х10 м (собирая 3 кубика). 6.Наклон вперед.	10	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.
	Средства текущего контроля: Мониторинг результатов		
Тема 18. Основы техники баскетбола	**Практические занятия:** 1.Особенности организации занятий баскетболом. Основные правила игры. 2.Специальные упражнения для развития физических качеств баскетболиста. 3-4.Изучение техники перемещений 5-6. Изучение техники нападения 7-8.Изучение техники защиты 9.Тактика игры. Тактика нападения. Тактика защиты. 10.Учебная игра.	6	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.
	Средства текущего контроля: Индивидуальное и групповое собеседование. Оценка техники отдельных элементов. Оценка действий в игровой ситуации.		
Тема 19. Методология общеразвивающих и специальных упражнений	**Практические занятия:** 1.Терминология ОРУ. Общие требования, предъявляемые к записи ОРУ. 2.Словесная запись ОРУ и метод «пиктограмм» (рисунки-символы). Специальные упражнения (СУ) 3.Составление комплексов ОРУ и СУ для занятий волейболом. 4. Составление комплексов ОРУ и СУ для занятий баскетболом. 5. Составление комплексов ОРУ и СУ для занятий спортивной ходьбой. 6. Составление комплексов ОРУ и СУ для занятий бегом.	6	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.

	7. Составление комплексов ОРУ и СУ для занятий прыжками. 8-10.Проведение обучающимися в качестве учебной практики подготовительной части занятия – разминки с группой по заранее составленным комплексам ОРУ и СУ.		
	Средства текущего контроля: Индивидуальное и групповое собеседование. Проверка практических заданий. Оценка учебной практики		
Тема 20. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания	**Практические занятия:** 1.Общая и специальная физическая подготовка (ОФП и СФП) – определение понятий 2.Направленное развитие физических качеств как основной путь улучшения физической подготовленности. Упражнения на тренажёрах и со спортивным инвентарём 3.Техническая, подготовка. Отработка технических приёмов в гимнастическом и тренажёрном залах. 4. Тактическая подготовка в формировании спортивного мастерства. (на примерах из различных видов спорта) 5.Теоретическая и психологическая подготовка в формировании спортивного мастерства. 6.**Тестирование.** Темы «Основы ОФП *и* СФП». «Основы ЗОЖ»	6	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.
	Средства текущего контроля: Индивидуальное и групповое собеседование. Оценка техники выполнения движения Проверка практических заданий. Оценка результатов тестирования		
Тема 21. Тестирование общей физической подготовленности	**Практические занятия:** 1.Диагностика физического состояния и двигательной подготовленности студентов за двухгодичный период обучения дисциплине «физическая культура». 2.Составление индивидуальных графиков динамики развития жизненно важных двигательных качеств по результатам тестирования: силы – приседания на одной ноге, подтягивание на перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа; быстроты – бег 20 м; выносливости – 3-х минутный бег; ловкости – «челночный бег» 3х10 м; гибкости – наклон вперед.	10	ОК 1, ОК 02, ОК03, ОК04, ОК08.
	Средства текущего контроля: Мониторинг результатов Проверка практических заданий		
Самостоятельная работа		48	

Всего:	**162**	

2.3. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

2.3.1. В освоении учебной дисциплины используются следующие **традиционные образовательные технологии:**

- лекции;
- практические занятия;
- контрольные опросы (письменные и устные);
- консультации;
- тестирование;
- промежуточная аттестация.

2.3.2. Использование информационных технологий

- Интернет-технологии;
- компьютерные обучающие и контролирующие программы;
- информационные технологии, позволяющие увеличить эффективность преподавания (за счет усиления иллюстративности).

2.3.3.Активные и интерактивные методы и формы обучения

Из перечня видов: («*мозговой штурм», анализ проблемных ситуаций, анализ конкретных ситуаций, инциденты, имитация коллективной профессиональной деятельности, творческая работа, связанная с самопознанием и освоением дисциплины, деловая игра, круглый стол, диспут, дискуссия, мини-конференция и др.)* используются следующие:

- анализ проблемных ситуаций
- анализ конкретных ситуаций
- диспут

3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Программное обеспечение, используемое при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Microsoft Windows 10, Microsoft Office

Интернет-браузер Яндекс.браузер,

Антивирус Windows Defender (входит в состав операционной системы Microsoft Windows).

Программное обеспечение отечественного производства

INDIGO

Яндекс.Браузер

Свободно распространяемое программное обеспечение

Adobe Reader для Windows

Архиватор HaoZip

3.2. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Спортивный комплекс: зал спортивных игр для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных занятий, самостоятельной работы;

Тренажерный зал для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных занятий, самостоятельной работы;

Гимнастический зал (зал ритмики и хореографии) для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных занятий, самостоятельной работы;

В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения программы учебной дисциплины входят: шведские стенки, баскетбольные щиты, маты, гимнастические скамейки, обручи, скакалки, мячи, тренажеры, штанги, гантели, атлетическое оборудование, зеркала гимнастические, маты, хореографический станок, мячи, скакалки, обручи, гимнастические коврики, переносная аудио аппаратура, электронные мишени, баскетбольные щиты, волейбольная.

Для проведения учебных занятий используются учебные аудитории - кабинет безопасности жизнедеятельности, оснащенный оборудованием и техническими средствами обучения: специализированной мебелью, отвечающей всем установленным нормам и требованиям; ПК, переносной аудио и видеоаппаратурой (персональный компьютер или ноутбук с необходимым программным обеспечением для тематических иллюстраций и демонстраций, соответствующих программе дисциплины).

Для самостоятельной работы обучающихся используются помещения, оснащенные компьютерной техникой: персональные компьютеры с доступом к сети Интернет и ЭИОС колледжа, принтеры; специализированной мебелью, отвечающей всем установленным нормам и требованиям.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья колледжем могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

3.3.УЧЕБНАЯ ЛИТЕРАТУРА

Основная литература

Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт : [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/511813

Дополнительная литература

Бегидова, Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 191 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07862-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт : [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/492972

Нахаева, Е. М. История физической культуры и спорта : учебное пособие / Е. М. Нахаева, Н. В. Минина. — Минск : РИПО, 2022. — 204 с. : ил. — ISBN 978-985-895-009-5. — Текст : электронный // Университетская библиотека ONLINE : [сайт]. — URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=697643

Основы здорового образа жизни в образовательной организации : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев [и др.] ; под общей редакцией А. А. Зайцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 137 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13378-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт : [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/496334

Самостоятельная работа студента по физической культуре : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Л. Кондаков [и др.] ; под редакцией В. Л. Кондакова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 149 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13332-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт : [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/488422

3.4 Методические рекомендации по обучению лиц с ограниченными возможностями здоровья

Профессорско-педагогический состав знакомится с психолого-физиологическими особенностями обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, индивидуальными программами реабилитации инвалидов (при наличии). При необходимости осуществляется дополнительная поддержка преподавания тьюторами, психологами, социальными работниками, прошедшими подготовку ассистентами.

В соответствии с методическими рекомендациями Минобрнауки РФ (утв. 8 апреля 2014 г. N АК-44/05вн) в курсе предполагается использовать социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе. Подбор и разработка учебных материалов производятся с учетом предоставления

материала в различных формах: аудиальной, визуальной, с использованием специальных технических средств и информационных систем.

Освоение дисциплины лицами с ОВЗ осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения (персонального и коллективного использования). Материально-техническое обеспечение предусматривает приспособление аудиторий к нуждам лиц с ОВЗ.

Форма проведения аттестации для студентов-инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей. Для студентов с ОВЗ предусматривается доступная форма предоставления заданий оценочных средств, а именно:

- в печатной или электронной форме (для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата);
- в печатной форме или электронной форме с увеличенным шрифтом и контрастностью (для лиц с нарушениями слуха, речи, зрения);
- методом чтения ассистентом задания вслух (для лиц с нарушениями зрения).

Студентам с инвалидностью увеличивается время на подготовку ответов на контрольные вопросы. Для таких студентов предусматривается доступная форма предоставления ответов на задания, а именно:

- письменно на бумаге или набором ответов на компьютере (для лиц с нарушениями слуха, речи);
- выбором ответа из возможных вариантов с использованием услуг ассистента (для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата);
- устно (для лиц с нарушениями зрения, опорно-двигательного аппарата).

При необходимости для обучающихся с инвалидностью процедура оценивания результатов обучения может проводиться в несколько этапов.

Методические рекомендации к выполнению внеаудиторной самостоятельной работы

Самостоятельная работа - это планируемая работа студентов, выполняемая по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

Самостоятельная работа выполняет ряд функций, среди которых особенно выделяются:

- развивающая (повышение культуры умственного труда, приобщение к творческим видам деятельности, обогащение интеллектуальных способностей студентов);
- ориентирующая и стимулирующая (процессу обучения придается ускорение и мотивация);
- воспитательная (формируются и развиваются профессиональные качества специалиста);
- исследовательская (новый уровень профессионально-творческого мышления);
- информационно-обучающая (учебная деятельность студентов на аудиторных занятиях).

Одним из основных видов деятельности студента является самостоятельная работа, которая включает в себя изучение лекционного материала, учебников и учебных пособий, первоисточников, подготовку сообщений, выступления на групповых занятиях, выполнение заданий преподавателя.

Целью самостоятельных занятий является самостоятельное более глубокое изучение студентами отдельных вопросов курса с использованием рекомендуемой дополнительной литературы и других информационных источников.

Задачами самостоятельной работы студентов являются:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умения использовать справочную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;

Внеаудиторная самостоятельная работа включает такие формы работы, как:

1. Индивидуальные занятия (домашние занятия):
- изучение программного материала дисциплины (работа с учебником и конспектом лекции);
- изучение рекомендуемых литературных источников;
- конспектирование источников;
- выполнение контрольных работ;
- работа со словарями и справочниками;
- работа с электронными информационными ресурсами и ресурсами Internet;
- составление плана и тезисов ответа на лекции;
- выполнение тестовых заданий;
- решение задач;
- подготовка презентаций;
- ответы на контрольные вопросы;
- аннотирование, реферирование, рецензирование текста;
- написание эссе, тезисов, докладов, рефератов;
- работа с компьютерными программами;
- подготовка к зачету (дифференцированному зачету), экзамену и другим формам контроля.
2. Групповая самостоятельная работа студентов:
- подготовка к занятиям, проводимым с использованием активных форм обучения (круглые столы, деловые игры);
- анализ деловых ситуаций (мини-кейсов) и др.;
- участие в Интернет - конференциях.
3. Получение консультаций для разъяснений по вопросам изучаемой дисциплины.
Наиболее часто при изучении дисциплины используются следующие виды самостоятельной работы студентов:
- поиск (подбор) литературы (в том числе электронных источников информации) по заданной теме;
- подготовка рефератов;
- подготовка докладов.
Реферат - форма письменной работы. Как правило, реферат является самостоятельным библиографическим исследованием студента, носящим описательно-аналитический характер. Объем реферата может достигать 10-15 страниц. Подготовка реферата подразумевает самостоятельное изучение студентом нескольких литературных источников (монографий, научных статей и т.д.) по теме, не рассматриваемой подробно на лекции, систематизацию материала и краткое его изложение. Цель написания реферата - привитие навыков краткого и лаконичного представления собранных материалов, и фактов в соответствии с требованиями, предъявляемыми к научным отчетам, обзорам и статьям.
Работа студента над рефератом включает следующие операции:
- рассмотрение темы (по её названию);
- выявление литературных источников по данной теме;
- ознакомление с содержанием источников, направленным на осмысление его внешней и внутренней структуры;
- работа над выделением главных смысловых компонентов текста (ключевых слов и предложений);
- отбор наиболее важных сведений из выделенных фрагментов;
- составление «связок» из отобранного материала в соответствии с логикой изложения фактов;
- написание реферата.
Реферат в структурном отношении должен включать:
- содержание;
- введение;

- собственно реферативную часть (изложение основных положений по плану с соответствующими названиями и нумерацией);
- заключение;
- список использованной литературы.

Текст реферата должен иметь связанное, цельное построение. Содержание реферата должна пронизывать главная идея, которая объединяет все информационные элементы источников, а также приводимые факты. При этом допускается сохранение отдельных структурных элементов оригинала. Однако не допустимо простое переписывание положение литературных источников. Язык должен быть кратким, ясным, доступным.

Реферат оценивается исходя из следующих критериев:
- поставлена ли цель в работе;
- сумел ли студент самостоятельно составить логический план к теме и реализовать его;
- каков научный уровень реферата;
- собран ли достаточный фактический материал;
- удалось ли раскрыть тему;
- показана ли связь рассматриваемой темы с современными проблемами науки и общества, со специальностью студента;
- каков авторский вклад в систематизацию, структурирование материала, в составлении заключения; - достигнута ли цель работы.

Углубленному изучению материала по отдельным разделам дисциплины способствует подготовка студентами докладов.

Доклад – это самостоятельная работа, анализирующая и обобщающая публикации по заданной тематике, предполагающая выработку и обоснование собственной позиции автора в отношении рассматриваемых вопросов. Написанию доклада предшествует изучение широкого круга первоисточников, монографий, статей, обобщение личных наблюдений. Работа над докладом способствует развитию самостоятельного, творческого мышления, учит применять полученные знания на практике при анализе различных актуальных проблем. Рекомендуемое время доклада - 10-12 минут.

Непременным условием закрепления теоретических и практических знаний студентов является выполнение ими домашних заданий.

Колледж обеспечивает учебно-методическую и материально-техническую базу для организации самостоятельной работы студентов.

Колледж обеспечивает:
- учебный процесс необходимой литературой и информацией (комплектует библиотечный фонд учебной, методической, научной, периодической, справочной и художественной литературой в соответствии с учебными планами и программами, в том числе на электронных носителях);
- доступ к основным информационным образовательным ресурсам, информационной базе данных, в том числе библиографической, возможность выхода в Интернет.

Предметно-цикловые комиссии разрабатывают: учебно-методические материалы, программы, пособия, материалы по учебным дисциплинам в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами. Учебные программы раскрывают рекомендуемый режим и характер различных видов учебной работы (в том числе самостоятельной работы над рекомендованной литературой). Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой колледжа, где они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки колледжа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу по абонементу в библиотеке колледжа, а также воспользоваться читальным залом.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Знания: - Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - Основы здорового образа жизни; - Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности - Средства профилактики перенапряжения	Демонстрировать знания роли физической культуры, основ здорового образа жизни, зон физического здоровья для специальности, средства профилактики перенапряжений	Фронтальная беседа, устный опрос, тестирование
Умения: - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности - Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности	Демонстрировать умения применения рациональных приемов двигательных функций в профессиональной деятельности пользования средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности	Оценка выполнения практических заданий, выполнение индивидуальных заданий, принятие нормативов.