Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Глазовский государственный инженерно-педагогический университет имени В.Г. Короленко»

Документ подписан
усиленной квалифицированной
электронной подписью

Сертификат: 02bc376000deb34fa84b1991769419b31c
Владелец: **Чиговская-Назарова Янина Александровна**
Действителен: с 26.01.2026 по 26.04.2027

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«СГ.04 Физическая культура»

специальность: **44.02.02 Преподавание в начальных классах**

квалификация выпускника: **учитель начальных классов**

(для лиц с общими заболеваниями)

Глазов, 2026

Рассмотрена на заседании кафедры *ФК и МБД*	Рекомендовано к утверждению *Заседание ученого совета факультета ПиХО*
Протокол № 8 от "18" марта 2026 г.	*Протокол № 7 от "27"марта 2026 г.*

.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана

- на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования: *44.02.01 Преподавание в начальных классах.* утвержденного Министерством просвещения РФ от 17 августа 2022 г. № 742 (зарегистрировано в Минюсте РФ 22 сентября 2022 г. № 70193).

- с учетом Примерной образовательной программы.

Организация-разработчик: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Глазовский государственный педагогический институт имени В.Г. Короленко».

Адаптированная рабочая программа разработана с учетом методических рекомендаций по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования, утвержденных директором Департамента государственной политики в сфере подготовки кадров и ДПО Минобрнауки России 20.04.2015. № 06-830 вн, рекомендаций и противопоказаний согласно индивидуальной программы реабилитации или абилитации инвалида.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ АДАПТИРОВАННОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ....4

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 6

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ.....16

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ 18

1. ПАСПОРТ АДАПТИРОВАННОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1.1. Область применения адаптированной программы

Адаптированная рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности (специальностям) СПО: 44.02.02 Преподавание в начальных классах, квалификация – учитель начальных классов.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована для подготовки специалистов по другим квалификациям специальности 44.02.02, имеющим в структуре учебного плана данную учебную дисциплину; в дополнительном профессиональном образовании.

Адаптированная рабочая программа учебной дисциплины разработана в отношении обучающихся с конкретными видами нарушений здоровья - общими заболеваниями.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Учебная дисциплина «СГ.04. Физическая культура» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 08.

1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии следующих общих и профессиональных компетенций:

ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Умения:

1. Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.
2. Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности.
3. Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности).

Знания:

1. Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека.
2. Основы здорового образа жизни.
3. Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности).
4. Средства профилактики перенапряжения.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

объем образовательной программы - 144 часов, в том числе:

во взаимодействии с преподавателем - 144 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	***Кол-во***	***Объем часов***
Объем образовательной программы (всего)		***144***
Учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем (всего)		*144*
в том числе:		
теоретическое обучение		*2*
практические занятия		*142*
в том числе в форме практической подготовки		
лабораторные занятия		
контрольные работы *(если предусмотрены)*		
курсовая работа (проект) (*если предусмотрено)*		
Самостоятельная работа (всего)		
Итоговая аттестация в форме дифзачета		

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «СГ.04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Лёгкая атлетика		**24**	ОК 08
Тема 1. Средства физической культуры	***Содержание учебного материала***	**2**	
	Средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности. Зоны риска физического здоровья учителя начальных классов. Средства профилактики перенапряжения, стресса	2	
Тема 2. Комплекс ОРУ для лёгкой атлетики	***Практические занятия***	**4**	ОК 08
	Комплекс ОРУ для лёгкой атлетики. Бег по пересечённой местности. Виды специально беговых упражнений.	2	
	Совершенствование техники беговых упражнений. Бег по пересечённой местности. Совершенствование техники специально беговых упражнений.	2	
Тема 3. Бег на короткие дистанции	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Бег на короткие дистанции. Старт из разных И.п. Техники выполнения специально беговых упражнений. Развитие скоростных качеств. Бег 100 метров	2	
	Практические занятия	**2**	
	Бег на короткие дистанции. Старт из разных И.п. Совершенствование техники выполнения специально беговых упражнений. Развитие скоростных качеств. Бег 100 метров	2	
Тема 4. Прыжки в длину с разбега	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Прыжки в длину с разбега. Отработка техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Выполнение подводящих упражнений	2	
Тема 5. Спортивная ходьба	***Практические занятия***	**4**	ОК 08
	Техника спортивной ходьбы. Упражнения, способствующие овладению техникой спортивной ходьбы. Прохождение дистанции 400 м.	2	
	Спортивная ходьба на 400 м. Упражнения, совершенствующие технику спортивной ходьбы. Прохождение дистанции 400 м.	2	
Тема 6. Бег на	***Практические занятия***	**4**	ОК 08

средние и длинные дистанции	**Техника бега.** Упражнения, способствующие овладению техникой бега на средние дистанции. Техники высокого старта. Бег с высокого старта и финиширование. Бег 1000 метров.	2	
	Бег на 1000 м. Упражнения, способствующие овладению техникой бега на средние дистанции. Совершенствование техники высокого старта. Бег с высокого старта и финиширование. Бег 1000 метров на время	2	
Тема 7. Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики	***Практические занятия***	**4**	ОК 08
	Подвижные игры. Подвижные игры с элементами бега, прыжками и эстафеты.	2	
	Подвижные игры. Подвижные игры с элементами бега, прыжками и эстафеты. Организация и проведение подвижных игр	2	
Раздел 2. Лыжная подготовка		**12**	
Тема 8. Строевые упражнения с лыжами	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Строевые упражнения с лыжами. Поворот переступанием вокруг пяток лыж. Поворот переступанием вокруг носков лыж. Поворот махом на два счета, прыжком.	2	
Тема 9. Классические хода	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Классические хода. Освоение техники классических ходов: скользящего шага, попеременного двухшажного хода; одновременных ходов: одновременно бесшажного, одновременно одношажного, одновременно двухшажного хода.	2	
Тема 10. Переходы с хода на ход в классических ходах	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Переходы с хода на ход. Освоение перехода с попеременного двухшажного хода на одновременные хода. Освоение перехода с попеременного двухшажного хода на одновременные ходы: одновременно -одношажный, одновременно двухшажный, бесшажный ход.	2	
Тема 11. Преодоление препятствий и подъемов в гору. Торможение.	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Преодоление препятствий. Совершенствование техники передвижения на лыжах, преодоления препятствий. Подъем в гору: скользящим ходом, ступающим шагом, «полуёлочкой», «ёлочкой». Совершенствование техники торможения	2	
Тема 12. Лыжная прогулка по лесной зоне	***Практические занятия***	**4**	ОК 08
	Прогулка лыжная. Прохождение дистанции до 4 км. на лыжах по лесной зоне без учета времени	2	
	Прогулка лыжная. Прохождение дистанции до 6 км. на лыжах по лесной зоне без учета времени	2	
Раздел 3. Спортивные игры (Баскетбол)		**12**	
Тема 13. Передвижение, остановки, повороты	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Перемещения на площадке. Перемещение в стойке, остановка, повороты, ускорение. Овладение комбинациями передвижений. Передвижение в нападении и в защите	2	

Тема 14. Передачи мяча	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Передачи мяча. Освоение передачи мяча отскоком от площадки, от груди, из – за головы, от плеча на месте и в движении. Овладение передачей мяча правой, левой рукой снизу.	2	
Тема 15. Ведения мяча	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Ведения мяча. Совершенствование техники ведения мяча в низкой, средней и высокой стойках левой, правой рукой с изменением направления движения и скорости с сопротивлением и без сопротивления защитника, с изменением высоты отскока.	2	
Тема 16. Бросок в корзину	***Практические занятия***	**4**	ОК 08
	Броски в корзину. Техники броска мяча в корзину в движении после ловли и ведения. Освоение техники штрафного броска. Действия защитников при штрафных бросках и разыгрывании спорных мячей.	2	
	Совершенствование техники броска в корзину. Совершенствование техники броска мяча в корзину в движении после ловли и ведения. Освоение техники штрафного броска. Действия защитников при штрафных бросках и разыгрывании спорных мячей.	2	
Тема 17. Индивидуальные, групповые и командные действия	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Индивидуальные, групповые, командные, тактические действия. Индивидуальные, групповые, командные, тактические действия в нападении и защите. Овладение личной защиты на своей половине площадки и по всей площадке. Двухсторонняя игра.	2	
Раздел 4. Гимнастика		**10**	
Тема 18. Физические упражнения	***Практические занятия***	**4**	ОК 08
	Строевые упражнения. ТБ на занятиях гимнастикой. Составление комплексов упражнений с мячами, скакалками. Выполнение комплексов гимнастических упражнений на различные группы мышц.	2	
	Общеразвивающие упражнения. Общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой с предметами и без предметов. Составление комплексов упражнений с мячами, скакалками. Выполнение комплексов гимнастических упражнений на различные группы мышц.	2	
Тема 19. Современные оздоровительные виды гимнастики	***Практические занятия***	**4**	ОК 08
	Танцевальная аэробика. Освоение комплексов танцевальной аэробики.	2	
	Атлетическая гимнастика. Освоение комплексов атлетической гимнастики с использованием гантелей, скакалки, резиновых жгутов, гимнастической скамейки, шведской стенки.	2	
Тема 20. Стретчинг, пилатес	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Стретчинг, пилатес. Разучивание основных комплексов упражнений для стретчинга и пилатеса	2	
Раздел 5. Лёгкая атлетика		**14**	

Тема 21. Бег на короткие дистанции	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Бег на короткие дистанции. Совершенствование техники бега на короткие дистанции 100 – 200 м. Низкий старт, старт из разных И. П.. Старт, стартовый разбег, бег по дистанции, финиш. Отработка всех этапов бега.	2	
Тема 22. Кроссовая подготовка	***Практические занятия***	**4**	ОК 08
	Кросс. Выполнение спец. беговых упражнений, совершенствование техники бега на выносливость, развитие общей выносливости	2	
	Кросс по пересеченной местности 2000м	2	
Тема 23. Прыжки в длину.	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Прыжки в длину. Совершенствование техники прыжка в длину с места. Выполнение упражнений, способствующих овладению техникой прыжка в длину с разбега.	2	
Тема 24. Подвижные игры и эстафеты	***Практические занятия***	**4**	ОК 08
	Подвижные игры с бегом. Игры преимущественно с бегом: «К своим флажкам», «Гуси-лебеди», «Два Мороза», «Команда быстроногих», «Вызов номеров»	2	
	Подвижные игры с прыжками. Игры преимущественно с прыжками: «Прыгающие воробышки», «Зайцы в огороде», «Волк во рву», эстафета. Бег 100 метров	2	
Тема 25. Эстафетный бег	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Эстафетный бег. Совершенствование техники эстафетного бега. Техника передачи эстафетной палочки. Передача эстафетной палочки на месте и в движении	2	
Раздел 6. Лыжная подготовка		**10**	
Тема 26. Попеременный двухшажный ход	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Попеременный двухшажный ход. Совершенствование техники строевых упражнений с лыжами. Повороты на месте: махом правой наружу, махом левой наружу, поворот прыжком. Совершенствование техники скользящего шага, попеременного двухшажного хода. Работа рук на месте и в движении.	2	
Тема 27. Одновременные ходы	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Передвижение на лыжах. Одновременные ходы: бесшажный, одновременно - одношажный, одновременно - двухшажный ход. Имитация на месте и в движении одновременного бесшажного хода, одновременно - одношажного, одновременно – двухшажного хода.	2	
Тема 28. Переход с одновременных ходов на попеременный двухшажный	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Переходы с хода на ход. Переход с одновременных ходов на попеременный двухшажный ход и переход с попеременного двухшажного хода на одновременные ходы: одновременно одношажный, одновременно двухшажный, бесшажный ход.	2	
Тема 29.	***Практические занятия***	**4**	ОК 08

Подвижные игры и эстафеты на лыжах.	**Передвижение на лыжах классическими и коньковыми ходами**. Передвижение на лыжах классическими и коньковыми ходами по пересечённой местности 2-5 км.	2	
	Подвижные игры на лыжах. Проведение подвижных игр с элементами лыжной подготовки. Подвижные игры: «Нарисуй солнышко», Накаты», «Сороконожки», «Команда быстроногих».	2	
Раздел 7. Спортивные игры (Волейбол)		**14**	ОК 08
Тема 30. Техника передвижения волейболиста.	***Практические занятия***	**2**	
	Техника передвижений на площадке. Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники передвижений. Выполнение перемещений с применением зрительных ориентиров и звуковых сигналов. Упражнения в парах, в тройке.	2	
Тема 31. Прием и передача мяча.	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Прием и передача мяча. Выполнение упражнений для совершенствования техники выполнения передач: верхняя и нижняя передача мяча и прием. Подготовительные упражнения. Подводящие упражнения. Специальные упражнения. Передачи в парах на месте. Упражнения во встречных колоннах.	2	
Тема 32. Подача мяча	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Подача мяча. Совершенствование техники и тактики игры в волейбол: овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей (игра по упрощенным правилам волейбола, игра по правилам).	2	
Тема 33. Техника игры в волейбол	***Практические занятия***	**4**	ОК 08
	Техника игры в волейбол. Техники и тактики игры в волейбол: овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей (игра по упрощенным правилам волейбола, игра по правилам).	2	
	Совершенствование техники игры в волейбол. Совершенствование техники и тактики игры в волейбол: овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей (игра по упрощенным правилам волейбола, игра по правилам).	2	
Тема 34. Двухсторонняя игра.	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Игра в командах. Совершенствование техники и тактики игры в волейбол: овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. Судейство соревнований между команд – основные правила.	2	
Тема 35. Подвижные игры с элементами волейбола.	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола. Игры, способствующие совершенствованию навыков передачи мяча: «Эстафеты у стены», «Мяч в воздухе», «Мяч среднему». Оценка техники элементов игры в волейбол. Выполнение передач и подач.	2	
Раздел 8. Гимнастика		**16**	
Тема 36.	***Практические занятия***	**2**	ОК 08

Упражнения дыхательной гимнастики	**Дыхательная гимнастика.** Выполнение комплексов упражнений, направленных на профилактику профессиональных заболеваний: комплексов дыхательных упражнений	2	
Тема 37. Стретчинг	***Практические занятия***	**4**	ОК 08
	Стретчинг. Выполнение общеразвивающих упражнений с повышенной амплитудой с предметами и без предметов. Комплекса упражнений с гимнастической палкой, мячами, скакалками.	2	
	Упражнения на гибкость. Выполнение упражнений для развития гибкости. Комплекс гимнастических упражнений на укрепление мышц живота и спины.	2	
Тема 38. Комплекс упражнений на развитие силовой выносливости	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Упражнения на силовую выносливость. Освоение комплексов аэробики, степ-аэробики.	2	
Тема 39. Комплекс упражнений на развитие координации движений	***Практические занятия***	**4**	ОК 08
	Упражнения на координацию движений. Выполнение комплекса упражнений для развития координации движений.	2	
	Упражнения на координацию движений для детей. Выполнение комплекса упражнений для развития координации движений. Подбор упражнений для развития координации движений детей младшего школьного возраста.	2	
Тема 40. Комплекс упражнений с использованием тренажеров	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Упражнения с тренажерами. Освоение комплексов с использованием тренажеров, гантелей, скакалки, резиновых жгутов, гимнастической скамейки, шведской стенки.	2	
Тема 41. Фитнес аэробика	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Круговая тренировка. Выполнения комплекса фитнес аэробики. Составление и демонстрация комплекса индивидуальной тренировки.	2	
Раздел 9. Легкая атлетика		**10**	
Тема 42. Бег на короткие дистанции.	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Бег на короткие дистанции. Выполнение упражнений, способствующих овладению техникой бега на короткие дистанции. Бег с низкого старта по прямой. Бег по повороту, бег с низкого старта по повороту, ускорение в конце поворота с переходом к бегу по прямой. Финиширование.	2	
Тема 43. Бег на длинные дистанции	***Практические занятия***	**2**	
	Бег на длинные дистанции. Выполнение упражнений, способствующих овладению техникой бега на длинные дистанции. Бег со средней скоростью с сохранением правильности осанки и работы	2	ОК 08

	рук. Бег по повороту с выбеганием на прямую, вбегание с прямой в круг, бег по виражу 3-4 раза.		
Тема 44. Челночный бег	***Практические занятия***	**4**	
	Челночный бег. Совершенствование техники челночного бега. Проведение подвижных игр и эстафет на занятиях легкой атлетикой. Игры с бегом: «Рывок за мячом», «Сумей догнать».	2	
	Проведение подвижной игры с элементами л/а. «Наступления», «Гонка с выбыванием». Игры с прыжками: «Челнок», «Кто выше?», «Перемена мест». Игры с метанием: «Пушкари», «От щита в поле», «Мяч через сетку».	2	
Тема 45. Подвижные игры на скоростную выносливость	***Практические занятия***	**2**	ОК 8
	Подвижные игры на скоростные качества. Подготовка и проведение подвижных игр на скоростные качества по подгруппам. «Чай-чай выручай», «Третий лишний», «Белые медведи», «Бабочки шмели»	2	
Раздел 10. Лыжная подготовка		**10**	
Тема 46. Попеременный двухшажный ход	***Практические занятия***	**4**	ОК 08
	Попеременный двухшажный ход. Совершенствование техники строевых упражнений с лыжами. Повороты на месте: махом правой наружу, махом левой наружу, поворот прыжком. Совершенствование техники скользящего шага, попеременного двухшажного хода. Работа рук на месте и в движении.	2	
	Передвижение на лыжах. Одновременные ходы: бесшажный, одновременно - одношажный, одновременно - двухшажный ход. Имитация на месте и в движении одновременного бесшажного хода, одновременно - одношажного, одновременно – двухшажного хода.	2	
Тема 47. Переход с одновременных ходов на попеременный двухшажный	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Переходы с ходов. Переход с одновременных ходов на попеременный двухшажный ход и переход с попеременного двухшажного хода на одновременные ходы: одновременно одношажный, одновременно двухшажный, бесшажный ход.	2	
Тема 48. Подвижные игры и эстафеты на лыжах.	***Практические занятия***	**4**	ОК 08
	Передвижение на лыжах. Передвижение на лыжах классическими и коньковыми ходами по пересечённой местности 2-5 км.	2	
	Подвижные игры и эстафеты на лыжах. Индивидуальные, групповые, командные, тактические действия в нападении и защите. Овладение личной защиты на своей половине площадки и по всей площадке. Игра «Захват знамени»	2	
Раздел 11. Спортивные игры (Волейбол)		**10**	
Тема 49. Техника передвижения волейболиста.	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Техника передвижения волейболиста. Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники передвижений. Выполнение перемещений с применением зрительных ориентиров и звуковых	2	

	сигналов. Упражнения в парах, в тройке.		
Тема 50. Прием и передача мяча.	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Прием и передача мяча. Выполнение упражнений для совершенствования техники выполнения передач: верхняя и нижняя передача мяча и прием. Подготовительные упражнения. Подводящие упражнения. Специальные упражнения. Передачи в парах на месте. Упражнения во встречных колоннах.	2	
Тема 51. Подача мяча	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Подача мяча. Совершенствование техники и тактики игры в волейбол: овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей (игра по упрощенным правилам волейбола, игра по правилам).	2	
Тема 52. Техника игры в волейбол	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Техника игры в волейбол. Совершенствование техники и тактики игры в волейбол: овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей (игра по упрощенным правилам волейбола, игра по правилам).	2	
Тема 53. Двухсторонняя игра.	***Практические занятия***	**2**	ОК 08
	Двусторонняя игра. Совершенствование техники и тактики игры в волейбол: овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. Судейство соревнований между команд – основные правила.	2	
Промежуточная аттестация - дифзачет		**2**	
	Всего:	144/142 144 часов, в т.ч. 142 часа в форме практической подготовки.	

Для лиц с ОВЗ и (или) инвалидов материал в электронном виде можно найти по адресу: http://moodle.ggpi.org.

Для обучения лиц с общими заболеваниями при планировании работы следует отдавать предпочтение технологиям, соответствующим сенсорным, когнитивным, личностным возможностям данной категории обучающихся. Целесообразно использовать: когнитивно-ориентированные, личностно-ориентированные технологии, технологии обучения в сотрудничестве, проблемного обучения, практико-ориентированные технологии, индивидуальные компьютерные технологии, обеспечивающие максимальное включение обучающихся с общими заболеваниями в учебный процесс и решение задач формирования профессиональных компетенций и профессиональной мотивации.

В процессе преподавания дисциплин рекомендуется использовать следующие адаптационные и вспомогательные технологии:

1) *Технологии активизации интеллектуальной деятельности:* обеспечиваются средствами программного и методического обеспечения образовательного процесса, увеличивающие информационную ценность материалов, стимулирующие активность студентов в переработке информации.

2) *Технологии здоровьесбережения*: обеспечиваются чередованием режима труда и отдыха, соблюдением эргономических и гигиенических требований к условиям умственного труда и продолжительности непрерывной нагрузки.

3) *Технологии дистанционного обучения*: обеспечиваются наличием образовательного портала института. Образовательный портал предоставляет студентам с ОВЗ и инвалидностью возможность выполнять различные операции:

- получать варианты заданий и отправлять выполненные;
- узнавать результаты выполненных работ и знакомиться с рецензией на них;
- получать различную справочную информацию, касающуюся учебного процесса и посылать сообщения преподавателю и любому из администраторов;
- отправлять материалы, относящиеся к дисциплинам текущего семестра, а также отчеты по практике и другие файлы;
- иметь дистанционный доступ к информационным ресурсам: учебным и учебно-методическим материалам, расписанию занятий и т.д.;
- задавать вопросы преподавателю по его учебной дисциплине, получать конкретную информацию по тем или иным учебным и/или организационным вопросам;

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ АДАПТИРОВАННОЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Универсальный Спортивный зал. Учебный корпус № 1

Технические средства обучения:
Магнитола с проигрывателем.
Оборудование:

1. Оборудование и снаряжение для баскетбола (кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, мячи баскетбольные).
2. Оборудование и снаряжение для волейбола (сетки волейбольные, стойки волейбольные, мячи волейбольные).
3. Оборудование и снаряжение для гимнастики: маты гимнастические, конь гимнастический, обручи гимнастические, мячи набивные (для медицинбола), скакалки различной длины, скамьи гимнастические, стенки гимнастические, степ-доска.
4. Оборудование для судейства (секундомер профессиональный JS7066 500 этапов, секундомер электронный, мегафон).
5. Компрессор
6. Ящик для медикаментов с медикаментами.
7. Лыжный инвентарь (лыжи, ботинки, лыжные палки, лыжные мази и.т.п.)

Фитнес-зал. Учебный корпус № 4. Каб.212
Технические средства обучения:

1. Видеомагнитофон Телевизор
2. Система аудио музыкальная
3. Магнитола
4. DVD- плеер

Оборудование:

1. Комплект зеркал
2. Скамья гимнастическая деревянная на метал. основе
3. Стенка гимнастическая
4. Тренажер для пресса
5. Турник настенный
6. Коврик туристический
7. Степ - доска
8. Палка для занятий гимнастикой
9. Мяч гимн. 750 мм
10. Мяч гимнастический 450 мм
11. Мяч гимнастический 550 мм
12. Мяч гимнастический 85 см, зеленый 2017
13. Мяч резиновый 100 мм
14. Скалка
15. Гантели 0,5 кг
16. Гантели 1кг
17. Шкаф - антресоли
18. Ящик для медикаментов

Для лиц с общими заболеваниями (или) инвалидов оборудование специального рабочего места обучающегося не требуется, если это не оговорено в ИПРА.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе. *В качестве основной литературы используется электронная версия печатного издания, рекомендованного ПООП.*

Основная литература

1. 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 (дата обращения: 15.03.2026).
2. Физическая культура: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.]; под редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18616-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/545162 (дата обращения: 15.03.2026).

Дополнительная литература

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 450 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18496-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/562057 (дата обращения: 15.03.2026).
2. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов: учебное пособие для среднего профессионального образования / М. С. Эммерт, О. О. Фадина, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 129 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15669-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/544814 (дата обращения: 15.03.2026).
3. Ягодин, В. В. Физическая культура: основы спортивной этики: учебное пособие для среднего профессионального образования / В. В. Ягодин. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 113 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10349-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/542058 (дата обращения: 15.03.2026).

Информационные ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет

1. Сайт дистанционного образования ГГПИ. - URL: http://moodle.ggpi.org.
2. Электронные книги по спортивной тематике [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.teoriya.ru/studentu/booksport/index.php
3. Каталог библиотеки Московского гуманитарного университета [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://elib.mosgu.ru/
4. Научный портал Теория.Ру [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.teoriya.ru
5. Официальный сайт Паралимпийского комитета России [Электронный ресурс]. – Режим доступа https://paralymp.ru

6. Официальный сайт Олимпийского комитета России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.olympic.ru
7. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://lib.sportedu.ru/
8. Быченков С. В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие для СПО/ С. В. Быченков, О. В. Везеницын, – Электрон.текстовые данные. – Саратов: Профобразование, 2017. – 120 с. – Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/70294.html. – ЭБС «IPRbooks»
9. Барчуков, И. С. Физическая культура и физическая подготовка: учебник / И. С. Барчуков, Ю. Н. Назаров, В. Я. Кикоть, С. С. Егоров, И. А. Мацур, И. В. Сидоренко, Н. А. Алексеев, Н. Н. Маликов. — М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 431 с. Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/52588. – ЭБС «IPRbooks»
10. Волейбол: теория и практика [Электронный ресурс]: учебник для высших учебных заведений физической культуры и спорта/ С. С. Даценко [и др.]. – Электрон.текстовые данные. – М.: Спорт, 2016. – 456 с. – Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/43905.html. – ЭБС «IPRbooks»

Профессиональные базы данных

1. Электронная библиотека Руконт (коллекция изданий ГГПИ). - URL: http://rucont.ru/
2. Президентская библиотека им. Б.Н. Ельцина. - URL: http://www.prlib.ru/
3. Национальная Электронная Библиотека. - URL: https://НЭБ.рф

Электронные базы данных периодических изданий

1. Министерство спорта Российской Федерации [Электронный ресурс] : пресс-служба Министерства спорта Российской Федерации. - Текстовые дан.и фот. - Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru/.
2. ФизкультУРА [Электронный ресурс]. - Текстовые дан.видео и фот. - Режим доступа: http://www.fizkult-ura.ru.
3. Олимпийский комитет России [Электронный ресурс]. - Текстовые дан.видео и фот. – Режим доступа: https://olympic.ru/.

Обучающиеся с ОВЗ и (или) инвалиды при необходимости обеспечены печатными и электронными ресурсами в форме, адаптированной к ограниченным возможностям здоровья и восприятия информации

Каждому обучающемуся с ОВЗ и (или) инвалиду обеспечен доступ к библиотечным ресурсам и сети Интернет и предоставлено не менее одного учебного, методического и (или) электронного издания в форме, адаптированной к ограничениям здоровья.

Для обучения лиц с ОВЗ и (или) инвалидов комплектация библиотечного фонда осуществляется электронными изданиями основной и дополнительной литературы по дисциплинам.

3.3. Средства обучения

При реализации образовательной программы возможно применение дистанционных технологий.

Электронная информационно-образовательная среда вуза – moodle.ggpi.org

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Текущий контроль может осуществляться в устной и письменной форме, в том числе с использованием компьютерных технологий. Время выполнения заданий, при необходимости, может быть увеличено

Результаты обучения	***Показатели оценки***	***Формы и методы оценки***
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:		
роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;	демонстрирует знание роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека; обосновывает значимость физической культуры в профессиональной деятельности	Опрос, беседа. выполнение заданий в тестовой форме
основы здорового образа жизни;	описывает основы ЗОЖ, формы и содержание физических упражнений	
условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;	перечисляет основные факторы риска труда воспитателя детей дошкольного возраста, характеризует физическую культуру как форму самовыражения личности;	
средства профилактики перенапряжения	перечисляет средства восстановления, профилактики перенапряжения;	
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:		
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	описывает содержание физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; демонстрирует готовность к выполнению нормативов	Наблюдение в ходе практических занятий Выполнение нормативов

	всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «готов к труду и обороне» (ГТО);	
применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;	использует и обосновывает рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; демонстрирует технические приемы и двигательные действия и базовые виды спорта, активно применяет их в игровой и соревновательной деятельности	
пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для специальности.	владеет физическими упражнениями разной функциональной направленности, использует их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности для специальности воспитатель детей дошкольного возраста	

Критерии оценки заданий в тестовой форме:
"отлично" - 90% - 100% верных ответов,
"хорошо" - 70% - 89%; "удовлетворительно" - 55% - 69%; "неудовлетворительно" - 54% и менее.

Формы текущего контроля, промежуточной аттестации и постиговый контроль для лиц с ОВЗ и (или) инвалидов устанавливаются с учетом их психофизиологических особенностей. При необходимости все виды аттестации могут проходить в несколько этапов.

Формами текущего контроля, промежуточной аттестации и постиговый контроля могут быть:

Для лиц с общими заболеваниями: устный ответ, письменный ответ на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.

Все формы контроля могут быть установлены образовательной организацией самостоятельно или преподавателем, но обязательно учитывать психофизическое развитие и ограничения здоровья. При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа, но не более чем на 30 минут.

Промежуточная аттестация при необходимости 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