МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ
ГБПОУ «Юрюзанский технологический техникум»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплина: ОУП.05 Физическая культура

Специальность: 43.02.15 Поварское и кондитерское дело

2022 г.

Одобрена
ПЦК «Общеобразовательных дисциплин»

Председатель
_____ Валеева М.М.
Протокол № 1
от «1» 11 2022 г.

Программа учебной дисциплины разработана на основе ФГОС среднего профессионального образования по специальности «43.02.15 Поварское и кондитерское дело» и примерной программой учебной дисциплины «Физическая культура», рекомендованной ФГАУ «ФИРО»

Подписано цифровой подписью: Смирнова Елена Николаевна
DN: cn=Смирнова Елена Николаевна, o=ГБПОУ "Юрюзанский технологический техникум", ou=заместитель директора по УМР, email=spo.yutt@yandex.ru, c=RU
Дата: 2023.03.27 23:22:17 +05'00'

Зам.директора по УМР
Е.Н. Смирнова _____
«03» 11 2022 г.

Организация-разработчик: ГБПОУ «ЮТТ»

Разработчик: _____ Заболотнова М.В., преподаватель физической культуры ЮТТ

(подпись) (ФИО) (занимаемая должность, место работы)

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. Пояснительная записка	4
2. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	5
3. Планируемые результаты освоения учебной дисциплины	8
4. Содержание учебной дисциплины	11
5. Тематическое планирование учебной дисциплины	16
6. Тематический план и содержание учебной дисциплины	17
7. Условия реализации учебной дисциплины	27
8. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	29

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана на основе примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций. Рекомендованная Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО» для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

Содержание программы «Физическая культура» направлено на достижение следующих целей:

- формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;
- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

2. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

2.1. Область применения рабочей программы:

Программа учебной дисциплины предназначена для изучения физической культуры в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) – программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих (ППКРС) на базе основного общего образования.

Программа разработана на основе требований ФГОС СОО (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (с изменениями и дополнениями от 29 декабря 2014 г., 31 декабря 2015г., 29 июня 2017 г., 24 сентября, 11 декабря 2020 г.), ФГОС СПО по профессии 43.02.15 Поварское и кондитерское дело (Приказ Министерства образования и науки РФ от 02 августа 2013 г. № 639) и с учетом примерной основной образовательной программы среднего общего образования (решение федерального учебно-методического объединения по общему образованию – протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з).

2.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Физическая культура» является общеобразовательной учебной дисциплиной. В учебных планах ППКРС учебная дисциплина «Физическая культура» входит в состав общеобразовательных учебных дисциплин (общие) – базовые, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для профессий соответствующего профиля СПО.

Результаты освоения адаптированной образовательной программы*:

Личностные результаты обучения:

1) для глухих, слабослышащих, позднооглохших обучающихся:

способность к социальной адаптации и интеграции в обществе, в том числе при реализации возможностей коммуникации на основе словесной речи (включая устную коммуникацию), а также, при желании, коммуникации на основе жестовой речи с лицами, имеющими нарушения слуха;

2) для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

владение навыками пространственной и социально-бытовой ориентировки; умение самостоятельно и безопасно передвигаться в знакомом и незнакомом пространстве с использованием специального оборудования;

способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее временно-пространственной организации; способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

3) для обучающихся с расстройствами аутистического спектра:

формирование умения следовать отработанной системе правил поведения и взаимодействия в привычных бытовых, учебных и социальных ситуациях, удерживать границы взаимодействия; знание своих предпочтений (ограничений) в бытовой сфере и сфере интересов.

Метапредметные результаты обучения:

1) для глухих, слабослышащих, позднооглохших обучающихся:

владение навыками определения и исправления специфических ошибок (аграмматизмов) в письменной и устной речи;

2) для обучающихся с расстройствами аутентического спектра:

способность планировать, контролировать и оценивать собственные учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации при сопровождающей помощи педагогического работника и организующей помощи тьютора; овладение умением определять наиболее эффективные способы достижения результата при сопровождающей помощи педагогического работника и организующей помощи тьютора;

овладение умением выполнять действия по заданному алгоритму или образцу при сопровождающей помощи педагогического работника и организующей помощи тьютора; овладение умением оценивать результат своей деятельности в соответствии с заданными эталонами при организующей помощи тьютора; овладение умением адекватно реагировать в стандартной ситуации на успех и неудачу, конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха при организующей помощи тьютора; овладение умением активного использования знаково-символических средств для представления информации об изучаемых объектах и процессах, различных схем решения учебных и практических задач при организующей помощи педагога-психолога и тьютора; способность самостоятельно обратиться к педагогическому работнику (педагогу-психологу, социальному педагогу) в случае личных затруднений в решении какого-либо вопроса; способность самостоятельно действовать в соответствии с заданными эталонами при поиске информации в различных источниках, критически оценивать и интерпретировать получаемую информацию из различных источников.

Предметные результаты обучения: не предусмотрено.

Воспитательный компонент:

ЛР 1. Осознающий себя гражданином и защитником великой страны

ЛР 2. Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций

ЛР 3. Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод Отечеству, его защите граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий способность противостоять социально опасное поведение окружающих.

ЛР 4. Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде личностно и профессионального конструктивного «цифрового следа».

ЛР 5. Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России.

ЛР 6. Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских

ЛР 7. Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.

ЛР 10. Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.

ЛР 12. Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания

2.3. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки студента – **116 часов,** в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки студента – **116 часов;**
самостоятельной работы студента – **0 часов.**

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результатом освоения программы является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности «Физическая культура», в том числе общими (ОК), личностными (Л), метапредметными (М) и предметными (П) компетенциями:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь** использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать** о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.

Личностные результаты обучения:

· готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;

· сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

· потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья;

· приобретение личного опыта творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности;

· формирование личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок, системы значимых социальных и межличностных отношений, личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной, практике;

· готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;

· способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры;

· способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности;

· формирование навыков сотрудничества со сверстниками, умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

· принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

· умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

Метапредметные результаты обучения:

· способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;

· готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;

· освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ:

· готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников

· формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;

· умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, норм

Предметные результаты обучения:

· умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

· владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

· владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

· владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

· владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);

· информационной безопасности.

· формирование универсальных учебных действий: регулятивных, познавательных, коммуникативных.

В программу включено содержание, направленное на формирование у студентов компетенций, необходимых для освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования; программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих, программы подготовки специалистов среднего звена (ППКРС, ППССЗ).

4. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

1 курс

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	**116**
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	**116**
в том числе:	
теоретические занятия	**2**
практические занятия	**114**
Итоговая аттестация в форме зачета	

Учебно-методические занятия

Содержание учебно-методических занятий определяется по выбору преподавателя с учетом интересов студентов.

1. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств физической культуры для их направленной коррекции. Использование методов самоконтроля, стандартов, индексов.
2. Методика составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической и профессиональной направленности. Методика активного отдыха в ходе профессиональной деятельности по избранному направлению.
3. Массаж и самомассаж при физическом и умственном утомлении.
4. Физические упражнения для профилактики и коррекции нарушения опорно-двигательного аппарата. Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания. Физические упражнения для коррекции зрения.
5. Составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учетом направления будущей профессиональной деятельности студентов.
6. Методика определения профессионально значимых психофизиологических и двигательных качеств на основе профессиограммы специалиста. Спортограмма и профессиограмма.
7. Самооценка и анализ выполнения обязательных тестов состояния здоровья и общефизической подготовки. Методика самоконтроля за уровнем развития профессионально значимых качеств и свойств личности.
8. Ведение личного дневника самоконтроля (индивидуальной карты здоровья). Определение уровня здоровья (по Э.Н. Вайнеру).
9. Индивидуальная оздоровительная программа двигательной активности с учетом профессиональной направленности.

Учебно-тренировочные занятия

При проведении учебно-тренировочных занятий преподаватель определяет оптимальный объем физической нагрузки, опираясь на данные о состоянии здоровья студентов, дает индивидуальные рекомендации для самостоятельных занятий тем или иным видом спорта.

Легкая атлетика. Кроссовая подготовка

Решает задачи поддержки и укрепления здоровья. Способствует развитию выносливости, быстроты, скоростно-силовых качеств, упорства, трудолюбия, внимания, восприятия, мышления.

Кроссовая подготовка: высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование; бег 100 м, эстафетный бег 4 100 м, 4 400 м; бег по прямой с различной скоростью, равномерный бег на дистанцию 2 000 м (девушки) и 3 000 м (юноши), прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжки в высоту способами: «прогнувшись»,перешагивания, «ножницы», перекидной; метание гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши); толкание ядра.

Лыжная подготовка: решает оздоровительные задачи, задачи активного отдыха. Увеличивает резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, повышает защитные функции организма. Совершенствует силовую выносливость, координацию движений. Воспитывает смелость, выдержку, упорство в достижении цели.

Переход с одновременных лыжных ходов на попеременные. Преодоление подъемов и препятствий. Переход с хода на ход в зависимости от условий дистанции и состояния лыжни. Элементы тактики лыжных гонок: распределение сил, лидирование, обгон, финиширование и др. Прохождение дистанции до 3 км (девушки) и 5 км (юноши). Основные элементы тактики в лыжных гонках. Правила соревнований. Техника безопасности при занятиях лыжным спортом. Первая помощь при травмах и обморожениях.

Гимнастика: решает оздоровительные и профилактические задачи. Развивает силу, выносливость, координацию, гибкость, равновесие, сенсоторику. Совершенствует память, внимание, целеустремленность, мышление.

Общеразвивающие упражнения, упражнения в паре с партнером, упражнения с гантелями, набивными мячами, упражнения с мячом, обручем (девушки). Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний (упражнения в чередовании напряжения с расслаблением, упражнения для коррекции нарушений осанки, упражнения на внимание, висы и упоры, упражнения у гимнастической стенки). Упражнения для коррекции зрения. Комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики.

Спортивные игры

Проведение спортивных игр способствует совершенствованию профессиональной двигательной подготовленности, укреплению здоровья, в том числе развитию координационных способностей, ориентации в пространстве, скорости реакции; дифференцировке пространственных, временных и силовых параметров движения, формированию двигательной

активности, силовой и скоростной выносливости; совершенствованию взрывной силы; развитию таких личностных качеств, как восприятие, внимание, память, воображение, согласованность групповых взаимодействий, быстрое принятие решений; воспитанию волевых качеств, инициативности и самостоятельности.

Из перечисленных спортивных игр профессиональная образовательная организация выбирает те, для проведения которых есть условия, материально-техническое оснащение, которые в большей степени направлены на предупреждение и профилактику профзаболеваний, отвечают климатическим условиям региона.

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.

Баскетбол

Ловля и передача мяча, ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком), вырывание и выбивание (приемы овладения мячом), прием техники защита — перехват, приемы, применяемые против броска, накрывание, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам.

Футбол (для юношей)

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.

Плавание

Занятия позволяют учащимся повышать потенциальные возможности дыхательной и сердечно-сосудистой систем. В процессе занятий совершенствуются основные двигательные качества: сила, выносливость, быстрота. В образовательных учреждениях, где есть условия, продолжается этап углубленного закрепления пройденного материала, направленного на приобретение навыка надежного и длительного плавания в глубокой воде.

Виды спорта по выбору

Ритмическая гимнастика

Занятия способствуют совершенствованию координационных способностей, выносливости, ловкости, гибкости, коррекции фигуры. Оказывают оздоровительное влияние на сердечно-сосудистую, дыхательную,

нервно-мышечную системы. Использование музыкального сопровождения совершенствует чувство ритма.

Индивидуально подобранные композиции из упражнений, выполняемых с разной амплитудой, траекторией, ритмом, темпом, пространственной точностью. Комплекс упражнений с профессиональной направленностью из 26-30 движений.

Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах

Решает задачи коррекции фигуры, дифференцировки силовых характеристик движений, совершенствует регуляцию мышечного тонуса. Воспитывает абсолютную и относительную силу избранных групп мышц.

Круговой метод тренировки для развития силы основных мышечных групп с эспандерами, амортизаторами из резины, гантелями, гирей, штангой. Техника безопасности занятий.

Элементы единоборства

Знакомство с видами единоборств и их влиянием на развитие физических, нравственных и волевых качеств.

Каратэ-до, айкидо, таэквондо (восточные единоборства) развивают сложные координационные движения, психофизические навыки (предчувствие ситуации, мгновенный анализ сложившейся ситуации, умение избежать стресса, снятие психического напряжения, релаксацию, регуляцию процессов психического возбуждения и торможения, уверенность и спокойствие, способность мгновенно принимать правильное решение).

Дзюдо, самбо, греко-римская, вольная борьба формируют психофизические навыки (преодоление, предчувствие, выбор правильного решения, настойчивость, терпение), обучают приемам самозащиты и зашиты, развивают физические качества (статическую и динамическую силу, силовую выносливость, общую выносливость, гибкость).

Приемы самостраховки. Приемы борьбы, лежа и стоя. Учебная схватка. Подвижные игры, типа «Сила и ловкость», «Борьба всадников», «Борьба двое против двоих» и т. д. Силовые упражнения и единоборства в парах. Овладение приемами страховки, подвижные игры. Самоконтроль при занятиях единоборствами.

Правила соревнований по одному из видов единоборств. Гигиена борца. Техника безопасности в ходе единоборств.

Дыхательная гимнастика

Упражнения дыхательной гимнастики могут быть использованы в качестве профилактического средства физического воспитания.

Дыхательная гимнастика используется для повышения основных функциональных систем: дыхательной и сердечно-сосудистой. Позволяет увеличивать жизненную емкость легких. Классические методы дыхания при выполнении движений. Дыхательные упражнения йогов. Современные методики дыхательной гимнастики (Лобановой-Поповой, Стрельниковой, Бутейко).

Спортивная аэробика

Занятия спортивной аэробикой совершенствуют чувство темпа, ритма, координацию движений, гибкость, силу, выносливость.

Комбинация из спортивно-гимнастических и акробатических элементов. Обязательные элементы: подскоки, амплитудные махи ногами, упражнения для мышц живота, отжимание в упоре лежа (четырехкратное непрерывное исполнение). Дополнительные элементы: кувырки вперед и назад, падение в упор лежа, перевороты вперед, назад, в сторону, подъем разгибом с лопаток, шпагаты, сальто.

Техника безопасности при занятии спортивной аэробикой.

5. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Распределение часов по дисциплине для очного обучения (согласно учебному плану)

Курс	Максимальная нагрузка	Самостоятельная работа студентов	Обязательные учебные занятия							Промежуточная аттестация (зачет)	
			Всего	Теоретические занятия		Лабораторные и практические занятия		Курсовые проекты (работы)			
				I сем.	II сем.	I сем.	II сем.	I сем.	II сем.	I сем.	II сем.
I	116	-	116	2	-	48	66	-	-	+	+
II	-	-	-	-		-	-	-	-	-	-
III	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
IV	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Всего	**116**	**-**	**116**	**50**	**66**	**-**	-	-	-	-	-

6. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) *(если предусмотрены)*	Объем часов	Уровень усвоения
1	2	3	4
	Содержание учебного материала	**2**	
	Техника безопасности на уроках ФК	2	
Раздел 1. Лёгкая атлетика		**16**	
Тема 1.1. Техника бега на короткие дистанции	**Содержание учебного материала**	**2**	
	1 Бег по дистанции	2	
	2 Финиширование		
	Контрольные упражнения и требования		
	Контрольные упражнения для проверки уровня общей физической подготовленности		
	Самостоятельная работа обучающихся Составить комплекс упражнений для развитии быстроты		
Тема 1.2. Техника бега на средние дистанции	**Содержание учебного материала**	**4**	
	1 Высокий старт	2	
	2 Стартовое ускорение	2	
	3 Бег на ровных участках, по прямой и повороту		
	Контрольные упражнения и требования		
	Проверить умение в беге 300, 500 м.		
	Самостоятельная работа обучающихся Разработать упражнения на развитие скоростной выносливости		
Тема 1.3. Техника кроссового бега	**Содержание учебного материала**	**4**	
	1 Бег на равнинных участках	2	
	2 Бег в гору и под уклон		
	3 Бег по пересечённой местности	2	
	Контрольные упражнения и требования		
	Выполнить нормативы; девушки: 2000 м, юноши: 3000 м		

	Самостоятельная работа обучающихся Разработать упражнения на развитие выносливости		
Тема 1.4. Техника прыжка в высоту с разбега	**Содержание учебного материала**	**4**	
	1 Обучение и совершенствование прыжка способом «перешагивание»	2	
	2 Обучение и совершенствование прыжка способом «перекидной»	2	
	Контрольные упражнения и требования		
	Выполнение норматива одним из изученных способов прыжка		
	Самостоятельная работа обучающихся Разработать комплекс упражнений на развитие скоростно-силовых качеств		
Тема 1.5. Эстафетный бег	**Содержание учебного материала**	**2**	
	1 Обучение и совершенствование приёма и передачи эстафетной палочки	2	
	Контрольные упражнения и требования		
	Выполнить нормативы; девушки:2000 м, юноши: 3000 м		
	Самостоятельная работа обучающихся Разработать комплекс упражнений на развитие быстроты, координации движения		
Раздел 2. Баскетбол		**24**	
Тема 2.1. Техника передвижений и остановок	**Содержание учебного материала**	**4**	
	1 Передвижения и остановки 2 Совершенствование техники передвижения и остановок	2 2	
	Самостоятельная работа обучающихся Изучение основных правил по баскетболу		
Тема 2.2. Техника ловли и передачи мяча	**Содержание учебного материала**	**4**	
	1 Ловля мяча двумя и одной руками на месте, в движении 2 Совершенствование техники ловли и передачи мяча	2 2	
	Самостоятельная работа обучающихся Разработка и применение упражнений на развитие координации во время занятий		
Тема 2.3. Техника ведения и броска мяча	**Содержание учебного материала**	**8**	
	1 Ведение мяча правой и левой рукой на месте 2 Ведение мяча шагом и бегом с изменением направления и скорости движения	2 2	

	3 4	Броски мяча левой рукой Броски мяча правой рукой	2 2	
	Самостоятельная работа обучающихся Разработать и применять комплекс упражнений на развитие прыгучести			
Тема 2.4. Сочетание технических приемов	**Содержание учебного материала**		**4**	
	1 2	Различные сочетания бросков в корзину, с применением ловли и передач мяча Броски в корзину с применением ведения, остановок, финтов и рывков	2 2	
	Самостоятельная работа обучающихся Разработать и применить на занятии комплекс упражнений на развитие координации			
Тема 2.5. Индивидуальные действия	**Содержание учебного материала**		**2**	
	1	Индивидуальные действия в нападении и защите	2	
	Контрольные упражнения и требования			
	Броски мяча после ведения, со штрафной линии			
Тема 2.6. Коллективные действия	**Содержание учебного материала**		**2**	
	1	Коллективные действия в нападении и защите	2	
Раздел 3. Гимнастика			**14**	
Тема 3.1. Строевые и общеразвивающие упражнения	**Содержание учебного материала**		**4**	
	1	Построения и перестроения	2	
	2	Упражнения для развития силы и быстроты, ловкости и выносливости	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Составление комплекса производственной гимнастики и физкультурной паузы			
Тема 3.2. Вольные и акробатические упражнения	**Содержание учебного материала**		**4**	
	1	Перекаты, кувырки	2	
	2	Стойки: на лопатках, на голове, на руках	2	
	Контрольные упражнения и требования			
	Выполнение комплекса вольных упражнений с элементами акробатики из изученных элементов			
	Самостоятельная работа обучающихся Работа по карточкам – заданиям			

Тема 3.3. Опорный прыжок	**Содержание учебного материала**		**4**	
	1	Юноши «согнув ноги»	2	
	2	Девушки «боком»	2	
	Контрольные упражнения и требования			
	Выполнение опорного прыжка изученным способом			
	Самостоятельная работа обучающихся Развивать координацию, гибкость и подвижность в суставах			
Тема 3.4 Упражнения на гимнастических снарядах	**Содержание учебного материала**		**2**	
	1	Выполнение комбинации упражнений на перекладине (юноши) и брусьях разной высоты (девушки)	2	
	Контрольные упражнения и требования			
	Выполнение зачетной комбинации на гимнастических снарядах			
Раздел 4. Лыжная подготовка			**26**	
Тема 4.1. Техника передвижения на лыжах	**Содержание учебного материала**		**6**	
	1	Подбор и подготовка лыжного инвентаря	2	
	2	Строевые приемы с лыжами и на лыжах	2	
	3	Техника передвижения на лыжах: попеременный двухшажный ход, одновременные бесшажный, одношажный и двухшажный ходы	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Комплекс упражнений для укрепления двигательного аппарата			
Тема 4.2. Техника подъемов	**Содержание учебного материала**		**4**	
	1	Техника подъемов: скользящим шагом, ступающим, «полуёлочкой», «ёлочкой», «лесенкой»	2	
	2	Совершенствование техники подъемов (скользящим шагом, ступающим шагом, «полуёлочкой», «ёлочкой», «лесенкой»)	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Комплекс упражнений для умения сохранять равновесие			
Тема 4.3. Техника спусков	**Содержание учебного материала**		**4**	
	1	Стойки: основная, высокая, низкая	2	
	2	Совершенствование техники спусков	2	

	Самостоятельная работа обучающихся Комплекс упражнений для развития быстроты и координации движения			
Тема 4.4. Техника торможения	**Содержание учебного материала**		**4**	
	1	Техника торможения: «плугом», «упором», упором на одну и две палки	2	
	2	Совершенствование техники торможения («плугом», «упором», упором на одну и две палки)	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Комплекс упражнений на развитие всех группы мышц, воспитание выносливости			
Тема 4.5. Техника поворотов	**Содержание учебного материала**		**4**	
	1	Техника поворотов: «переступанием», «упором», «плугом»	2	
	2	Совершенствование техники поворотов («переступанием», «упором», «плугом»)	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Комплекс упражнений на развитие скоростной выносливости			
Тема 4.6. Выполнение контрольных нормативов	**Содержание учебного материала**		**4**	
	1	Контрольное прохождение дистанции: юноши-5 км, девушки-3 км.	2	
	2	Контрольные упражнения и требования в условиях соревнований	2	
Раздел 5. Волейбол			**32**	
Тема 5.1. Техника передвижений, стойка	**Содержание учебного материала**		**6**	
	1	Обучение технике передвижений; стойка волейболиста	4	
	2	Правила игры	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Комплекс упражнений для привития навыков быстроты ответных действий			
Тема 5.2. Приём и передача мяча сверху двумя руками	**Содержание учебного материала**		**8**	
	1	Обучение приёма и передачи мяча сверху двумя руками	4	
	2	Совершенствование приёма и передачи сверху двумя руками	4	
	Самостоятельная работа обучающихся Комплекс упражнений для развития качеств, необходимых при выполнении приёма и передачи мяча			
Тема 5.3.	**Содержание учебного материала**		**6**	

Техника подачи	1	Обучение технике нижней прямой, верхней прямой подачи	4	
	2	Совершенствование нижней прямой, верхней прямой подачи	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Комплекс упражнений для развития качеств, необходимых при выполнении подач мяча			
Тема 5.4. Техника нападающего удара	**Содержание учебного материала**		**8**	
	1	Обучение технике нападающего удара	4	
	2	Нападающий удар по ходу из зон 2 и 4	2	
	3	Совершенствование техники нападающего удара	2	
	Контрольные упражнения и требования			
	Выполнение передач сверху и снизу двумя руками над собой			
	Самостоятельная работа обучающихся Комплекс упражнений для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов			
Тема 5.5. Техника игры в нападении, защите	**Содержание учебного материала**		**4**	
	1	Обучение технике «скидок», блокирования; одиночное, групповое взаимодействие игроков	2	
	2	Совершенствование техники «скидок», блокирования	2	
	Контрольные упражнения и требования			
	Выполнение подач			
Зачет			**2**	
		Всего:	**116**	

ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

Содержание обучения	**Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)**
Введение. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО	Знание современного состояния физической культуры и спорта. Умение обосновывать значение физической культуры для формирования личности профессионала, профилактики профзаболеваний. Знание оздоровительных систем физического воспитания. Владение информацией о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)
1. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	Демонстрация мотивации и стремления к самостоятельным занятиям. Знание форм и содержания физических упражнений. Умение организовывать занятия физическими упражнениями различной направленности с использованием знаний особенностей самостоятельных занятий для юношей и девушек. Знание основных принципов построения самостоятельных занятий и их гигиена
2. Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки	Самостоятельное использование и оценка показателей функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития телосложения, функционального состояния организма, физической подготовленности. Внесение коррекций в содержание занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля
3. Психофизиологические основы учебного и производственного труда. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	Знание требований, которые предъявляет профессиональная деятельность к личности, ее психофизиологическим возможностям, здоровью и физической подготовленности. Использование знаний динамики работоспособности в учебном году и в период экзаменационной сессии. Умение определять основные критерии нервно - эмоционального, психического и психофизического утомления. Овладение методами повышения эффективности производственного и учебного труда; освоение применения аутотренинга для повышения работоспособности
4. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста	Обоснование социально-экономической необходимости специальной адаптивной и психофизической подготовки к труду. Умение использовать оздоровительные и профилированные методы физического воспитания при занятиях различными видами двигательной активности. Применение средств и методов физического воспитания для профилактики профессиональных заболеваний. Умение использовать на практике результаты компьютерного тестирования состояния здоровья, двигательных качеств, психофизиологических функций, к которым профессия (специальность предъявляет повышенные требования

Практическая часть

Учебно-методические занятия	Демонстрация установки на психическое и физическое здоровье. Освоение методов профилактики профессиональных заболеваний Овладение приемами массажа и самомассажа, психорегулируюшими упражнениями. Использование тестов, позволяющих самостоятельно определять и анализировать состояние здоровья; овладение основными приемами неотложной доврачебной помощи. Знание и применение методики активного отдыха, массажа и самомассажа при физическом и умственном утомлении. Освоение методики занятий физическими упражнениями для профилактики и коррекции нарушения опорно-двигательного аппарата, зрения и основных функциональных систем. Знание методов здоровье сберегающих технологий при работе за компьютером. Умение составлять и проводить комплексы утренней, вводной и производственной гимнастики с учетом направления будущей профессиональной деятельности

УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ЗАНЯТИЯ

1. Легкая атлетика. Кроссовая подготовка	Освоение техники беговых упражнений (кроссового бега, бега на короткие, средние и длинные дистанции), высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования; бега 100 м, эстафетный бег 4′ 100 м, 4′ 400 м; бега по прямой с различной скоростью, равномерного бега на дистанцию 2 000 м (девушки) и 3 000 м (юноши). Умение технически грамотно выполнять (на технику): прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжки в высоту способами: «прогнувшись», перешагивания, «ножницы», перекидной. Метание гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши); толкание ядра сдача контрольных нормативов
2. Лыжная подготовка	Овладение техникой лыжных ходов, перехода с одновременных лыжных ходов на попеременные. Преодоление подъемов и препятствий; выполнение перехода с хода на ход в зависимости от условий дистанции и состояния лыжни. Сдача на оценку техники лыжных ходов. Умение разбираться в элементах тактики лыжных гонок: распределение сил, лидировании, обгоне, финишировании и др. Прохождение дистанции до 3 км (девушки) и 5 км (юноши). Знание правил соревнований, техники безопасности при занятиях лыжным спортом. Умение оказывать первую помощь при травмах и

	обморожениях
3. Гимнастика	Освоение техники общеразвивающих упражнений, упражнений в паре с партнером, упражнений с гантелями, набивными мячами, упражнений с мячом, обручем (девушки); выполнение упражнений для профилактики профессиональных заболеваний (упражнений в чередовании напряжения с расслаблением, упражнений для коррекции нарушений осанки, упражнений на внимание, висов и упоров, упражнений у гимнастической стенки), упражнений для коррекции зрения. Выполнение комплексов упражнений вводной и производственной гимнастики
4. Спортивные игры	Освоение основных игровых элементов. Знание правил соревнований по избранному игровому виду спорта. Развитие координационных способностей, совершенствование ориентации в пространстве, скорости реакции, дифференцировке пространственных, временных и силовых параметров движения. Развитие личностно-коммуникативных качеств. Совершенствование восприятия, внимания, памяти, воображения, согласованности групповых взаимодействий, быстрого принятия решений. Развитие волевых качеств, инициативности, самостоятельности. Умение выполнять технику игровых элементов на оценку. Участие в соревнованиях по избранному виду спорта. Освоение техники самоконтроля при занятиях; умение оказывать первую помощь в игровых ситуациях
Виды спорта по выбору	Умение составлять и выполнять индивидуально подобранные композиции из упражнений, выполняемых с разной амплитудой, траекторией, ритмом, темпом, пространственной точностью. Составление, освоение и выполнение в группе комплекса упражнений из 26-30 движений
1. Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах	Знание и умение грамотно использовать современные методики дыхательной гимнастики. Осуществление контроля и самоконтроля за состоянием здоровья. Знание средств и методов при занятиях дыхательной гимнастикой. Заполнение дневника самоконтроля
2. Дыхательная гимнастика	Умение составлять и выполнять с группой комбинации из спортивно-гимнастических и акробатических элементов, включая дополнительные элементы. Знание техники безопасности при занятии спортивной аэробикой. Умение осуществлять самоконтроль. Участие в соревнованиях

3. Спортивная аэробика	Овладение спортивным мастерством в избранном виде спорта. Участие в соревнованиях. Умение осуществлять контроль за состоянием здоровья (в динамике). Умение оказать первую медицинскую помощь при травмах. Соблюдение техники безопасности

7. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

7.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Все помещения, объекты физической культуры и спорта, места для занятий физической подготовкой, которые необходимы для реализации учебной дисциплины «Физическая культура», оснащены соответствующим оборудованием и инвентарем в зависимости от изучаемых разделов программы и видов спорта. Все объекты, которые используются при проведении занятий по физической культуре, отвечают действующим санитарным и противопожарным нормам.

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, 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 для волейбольных стоек, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи и др.

В зависимости от возможностей, которыми располагают профессиональные образовательные организации, для реализации учебной дисциплины «Физическая культура» в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования могут быть использованы:

тренажерный зал;

лыжная база с лыжехранилищем;

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

Для проведения учебно-методических занятий целесообразно использовать комплект мультимедийного и коммуникационного

оборудования: электронные носители, компьютеры для аудиторной и внеаудиторной работы.

7.2. Информационное обеспечение

Основная литература:

1. Ильинич, В.И. Физическая культура студента и жизнь: учебник / В.И. Ильинич. – М.: Гардарики, 2008. – 366 с.
2. Психология здоровья: Учебник для вузов / под ред. Г.С. Никифорова. – М.; СПб: Питер, 2006. – 607 с.
3. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник/под ред. проф. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2005. – 448 с.
4. Физическая культура студента: Учебник для студентов высших учебных заведений/ под общей редакцией В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2009. – 192 с.
5. Физическая культура: Учебное пособие для подготовки к экзаменам / под общ. ред. В.Ю. Волкова, В.И. Загорулько. – М.; СПб., Питер, 2004. – 224 с.
6. Анищенко, В.С. Физическая культура: Методико-практические занятия студентов: Учеб.пособие. – М.: Изд-во РУДН, 1999. – 165 с.
7. Чоговадзе, А.В., Физическое воспитание в реабилитации студентов с ослабленным здоровьем / А.В. Чоговадзе., В.Д. Прошляков, М.Г. Мацук. – М.:Высшая школа, 1986. –144 с.
8. Реабилитация здоровья студентов средствами физической культуры: Учебное пособие. Волков В.Ю., Волкова Л.М. – СПбГТУ.СПб, 1998. – 85 с.

Дополнительная литература:

1. Ильинич В.И. Студенческий спорт и жизнь: учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: Аспект Пресс, 1995. – 144 с.
2. Самостоятельные занятия физическими упражнениями: учебно-методическое пособие. Лутченко Н.Г., Щеголев В.А., Волков В.Ю., и др.: – СПб.: СПбГТУ, 1999. – 65 с.
3. Физическая культура: Печатная версия электронного учебника / В.Ю.Волков, Л.М.Волкова: 2-е изд. испр. и доп. – СПб.: Изд-во Политехн. Ун-та. 2009. – 322 с.
4. www.lib.sportedu.ru
5. www.school.edu.ru
6. http://www.infosport.ru/minsport/

8. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**
Умения:	
Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	Оценка результатов выполнения комплексов упражнений, тестирования физических качеств по дневнику самоконтроля.
Знания:	
О роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	Оценка результатов тестирования, физической подготовленности студентов по видам спорта.
Основы здорового образа жизни	Оценка выполнения практического задания: комплексы глазодвигательной, дыхательной, коррекционной гимнастики; ЛФК массаж по заболеваниям.

Нормативы определения физической подготовленности

Характеристика направленности тестов	**Женщины**					**Мужчины**				
	Оценка в очках									
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1.**Тест на скоростно-силовую подготовленность**: Бег – 100 м (сек.)	15.7	16.0	17.0	17.9	18.7	13.2	13.8	14.0	14.3	14.6

2.**Тест на силовую подготовленность**: Поднимание (сед.) и опускание туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой (кол-во раз): Подтягивание на перекладине (кол-во раз) вес до 85кг вес более 85 кг	60	50	40	30	20	 15 12	 12 10	 9 7	 7 4	 5 2
3.**Тест на общую выносливость:** Бег 2000 м (мин.,с.) вес до 70 кг вес более 70 кг	 10.15 10.35	 10.50 11.20	 11.20 11.55	 11.50 12.40	 12.15 13.15					
Бег 3000 м (мин.,с.) вес до 85 кг вес более 85 кг						 12.00 12.30	 12.35 13.10	 13.10 13.50	 13.50 14.40	 14.30 15.30

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ИЗ ЧИСЛА ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОВЗ

Для обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обучение проводится с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей состояния здоровья таких обучающихся (далее – индивидуальные особенности).

При организации обучения обеспечивается соблюдение следующих общих требований:

обучение для лиц с ограниченными возможностями здоровья в одной аудитории совместно с обучающимися, не имеющими ограниченных возможностей здоровья допускается, если это не создает трудностей для обучающихся;

обеспечение выпуска печатных и (или) электронных материалов, заменяющих аудиоматериалы и аудиофайлы;

присутствие в аудитории ассистента, оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей (занять рабочее место, понять и оформить задание, общаться с преподавателем);

пользование необходимыми обучающимся техническими средствами при обучении, выполнении заданий с учетом их индивидуальных особенностей;

обеспечение возможности беспрепятственного доступа обучающихся в аудитории, туалетные и др. помещения, а также их пребывания в указанных помещениях; наличие в одном из помещений специального оборудования и др.

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины «Физическая культура»

Результаты освоения учебной дисциплины	**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения (уточняется в зависимости от вида инклюзии)**
Результаты освоения адаптированной образовательной программы*: *Личностные результаты обучения:* 1) для глухих, слабослышащих, позднооглохших обучающихся: способность к социальной адаптации и интеграции в обществе, в том числе при реализации возможностей коммуникации на основе словесной речи (включая устную коммуникацию), а также, при желании, коммуникации на основе жестовой речи с лицами,	**Текущий контроль:** -устный и письменный опрос -тестирование -выступление с докладами или сообщениями

имеющими нарушения слуха; 2) для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата: владение навыками пространственной и социально-бытовой ориентировки; умение самостоятельно и безопасно передвигаться в знакомом и незнакомом пространстве с использованием специального оборудования; способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее временно-пространственной организации; способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; 3) для обучающихся с расстройствами аутистического спектра: формирование умения следовать отработанной системе правил поведения и взаимодействия в привычных бытовых, учебных и социальных ситуациях, удерживать границы взаимодействия; знание своих предпочтений (ограничений) в бытовой сфере и сфере интересов. *Метапредметные результаты обучения:* 1) для глухих, слабослышащих, позднооглохших обучающихся: владение навыками определения и исправления специфических ошибок (аграмматизмов) в письменной и устной речи; 2) для обучающихся с расстройствами аутентического спектра: способность планировать, контролировать и оценивать собственные учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации при сопровождающей помощи педагогического работника и организующей помощи тьютора; овладение умением определять наиболее эффективные способы достижения результата при сопровождающей помощи педагогического работника и организующей помощи тьютора; овладение умением выполнять действия по заданному алгоритму или образцу при сопровождающей помощи педагогического работника и организующей помощи тьютора; овладение умением оценивать результат своей деятельности в соответствии с заданными эталонами при организующей помощи тьютора; овладение умением адекватно реагировать в стандартной ситуации на успех и неудачу, конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха при организующей помощи тьютора; овладение умением активного использования знаково-символических средств для представления информации об изучаемых объектах и процессах, различных схем решения учебных и практических задач при организующей помощи педагога-психолога и тьютора; способность самостоятельно обратиться к педагогическому работнику (педагогу-психологу, социальному педагогу) в случае личных затруднений в решении какого-либо вопроса; способность самостоятельно действовать в соответствии с заданными эталонами при поиске информации в различных источниках, критически оценивать и интерпретировать получаемую информацию из различных источников. *Предметные результаты обучения:* не предусмотрено.	-подготовка презентаций. **Промежуточная аттестация:** – зачет