

СОГЛАСОВАНО

Совет Колледжа

Протокол № 1

от «30» августа 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ ВО КПГК

Н.М.Карев

«30» августа 2017 г.



ПОЛОЖЕНИЕ

**ОБ ОСОБОМ ПОРЯДКЕ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО УЧЕБНОЙ
ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
ПРИ ОСВОЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ
ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ
ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
В ГБПОУ ВО
«КОВРОВСКИЙ ПРОМЫШЛЕННО-ГУМАНИТАРНЫЙ КОЛЛЕДЖ»**

Утверждено приказом № 82/01-21 от 01.09.2017 г.

дата введения с 01.09.2017 г.

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Положение регламентирует порядок организации, проведения и объем занятий по учебной дисциплине «Физическая культура» по профессиям/специальностям среднего профессионального образования при очной форме обучения, при освоении образовательной программы инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья в государственном бюджетном профессиональном образовательном учреждении Владимирской области «Ковровский промышленно-гуманитарный колледж» (далее - Колледж).

1.2. Настоящее Положение разработано в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный Закон от 21 декабря 2012 г. № 27Э-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями и дополнениями;
- Федеральный Закон от 04 декабря 2007 г. № Э29-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» в ред. от 26.07.2017 г.;
- Федеральный Закон от 24 ноября 1995 г. № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» в ред. от 01.06.2017 г.;
- Федеральный закон от 1 декабря 2014г. № 419-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам социальной защиты инвалидов в связи с ратификацией Конвенции о правах инвалидов»;
- Конвенция о правах инвалидов, принятая Генеральной Ассамблеей ООН 13 декабря 2006 г.;
- Федеральные государственные образовательные стандарты среднего профессионального образования;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 17.03 2015 г. № 06-259 «О рекомендациях по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 24 июля 2015 г. № 754 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов среднего профессионального образования», зарегистрирован в Минюсте РФ 18 августа 2015 г. № 38582;
- другие локальные акты, регламентирующие порядок осуществления образовательной деятельности в ГБПОУ ВО КПК.

1.3. Целью настоящего Положения является создание оптимальных условий обучающимся для формирования необходимых компетенций, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психического благополучия, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности.

1.4. Структура и содержание учебной дисциплины «Физическая культура», а также результаты обучения отражены в рабочей программе дисциплины.

2. ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

2.1. Учебный процесс по физической культуре является обязательным в течение установленного периода обучения в Колледже и осуществляется в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами (далее - ФГОС) среднего профессионального образования, утвержденными Министерством образования и науки Российской Федерации.

2.2. Основной формой учебного процесса по физической культуре являются обязательные учебные занятия, которые проводятся в соответствии с учебными планами и рабочими программами по дисциплине «Физическая культура». Учебные занятия проводятся в виде методико-практических (лекционных) и учебно-тренировочных занятий.

2.3. Учебный процесс осуществляется в учебных группах, которые организуются в начале учебного года на каждом курсе.

2.4. При поступлении абитуриенты информируются о возможности посещать занятия по физической культуре в медицинской группе по состоянию здоровья. Распределение обучающихся по состоянию здоровья в медицинские группы проводится в начале учебного года на основании медицинской справки 086 или других медицинских документов.

2.5. В зависимости от состояния здоровья обучающиеся распределяются в следующие медицинские группы:

- основную;
- подготовительную;
- специальную медицинскую (далее - СМГ).

2.6. К основной учебной группе относятся обучающиеся без отклонения в состоянии здоровья и физическом развитии, имеющие хорошее функциональное состояние и соответствующую возрасту физическую

подготовленность, а также обучающиеся с незначительными (функциональными) отклонениями, но не отстающие от сверстников. Обучающиеся основной группы выполняют программу по физической культуре в полном объеме. В ходе занятий используются все виды физических упражнений: гимнастика, игры, спортивно-прикладные, трудовые.

Физическое воспитание обучающихся в основной учебной группе решает следующие задачи:

- формирования позитивного отношения, интереса и потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- повышения физического здоровья обучающегося на основе увеличения арсенала двигательных способностей;
- подготовки и участия в массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях и соревнованиях по видам спорта, предусматривающих широкое вовлечение обучающихся в активные занятия физической культурой.

2.7. Подготовительная учебная группа формируется из обучающихся, имеющих ниже-средний уровень физического развития без отклонений в состоянии здоровья, а также из тех, у кого уровень физического развития средний, выше среднего и высокий, но имеющих отклонения в состоянии здоровья.

Учебный процесс в подготовительной учебной группе направлен на:

- комплексное использование средств физической культуры и спорта по типу общефизической подготовки;
- повышение уровня физического и функционального состояния;
- профилактическое использование средств физической культуры в оздоровительных целях;
- приобретение обучающимися дополнительных, необходимых знаний по основам психологического, педагогического, врачебного и биологического контроля, по методике и организации самостоятельных занятий физическими упражнениями и избранными видами спорта.

2.8. Специальная учебная группа формируется из обучающихся, имеющих инвалидность, ограниченные возможности здоровья либо проходящих реабилитацию после перенесенных заболеваний.

Учебный процесс в специальной учебной группе направлен на:

- избирательность средств (подбор и дозирование упражнений) с учетом показаний и противопоказаний при заболеваниях обучающихся;

3. ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

3.1. Особый порядок освоения дисциплины «Физическая культура» обучающимися-инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья (далее - ОВЗ) устанавливается на основании соблюдения принципов здоровьесбережения и адаптивной физической культуры.

В зависимости от степени ограниченности возможностей в соответствии с рекомендациями службы медико-социальной экспертизы или психолого-медико-педагогической комиссии, занятия для обучающихся с ОВЗ могут быть организованы в следующих видах:

- подвижные занятия адаптивной физической культурой в спортивном зале или на открытом воздухе;
- занятия по настольным, интеллектуальным видам спорта;
- лекционные занятия по тематике здоровьесбережения;
- создание реферативных работ по разработанной для каждого обучающегося теме (*Приложение 1*), отражающей оздоровительно-профилактическую направленность физического воспитания;
- проведение исследовательской или проектной работы (*Приложение 2*) по проблемам здорового образа жизни и адаптивной физической культуры;
- ведение дневника самоконтроля, оценивание физического развития (*Приложение 3*).

3.2. При наличии контингента с ОВЗ Колледж обеспечивает проведение занятий по физической культуре с учетом особенностей их психофизического развития, их индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

3.3. Специальные условия для проведения занятий по физической культуре предоставляются обучающимся из числа лиц с ОВЗ на основании заключения психолого-медико-педагогической комиссии, содержащего сведения о необходимости создания соответствующих специальных условий.

Примерные темы рефератов

1. Диагноз и краткая характеристика заболевания. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие.
2. Медицинские противопоказания при занятии физическими упражнениями. Применение других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе).
3. Рекомендуемые средства физической культуры при данном заболевании (диагнозе).
4. Составление и обоснование индивидуального комплекса физических упражнений и доступных средств физической культуры (с указанием дозировки).
5. Составление и демонстрация индивидуального комплекса физических упражнений, проведение отдельной части профилированного учебно-тренировочного занятия с группой студентов.
6. Анатомия человека (кратко, для 1 курса).
7. Влияние занятий различными видами спорта на психоэмоциональное состояние человека.
8. Выбор видов спорта и упражнений для активного отдыха.
9. Выбор видов спорта и упражнений для повышения функциональных возможностей организма.
10. Выбор видов спорта и физических упражнений для развития основных физических качеств: выносливости, силы, гибкости, быстроты, координации движений.
11. Гимнастика для глаз.
12. Гипокинезия и гиподинамия - суть отрицательного воздействия на организм человека.
13. Диагноз и краткая характеристика заболевания студента. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие.
14. Дыхательная гимнастика как лечебная физическая культура для восстановления здоровья (системы дыхательных упражнений).
15. Кинезотерапия как средство восстановления организма.
16. Кинезотерапия при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
17. Криотерапия как средство восстановления опорно-двигательного аппарата.
18. Медицинские противопоказания при занятиях физическими упражнениями и применения других средств физической культуры в период ремиссии.
19. Методы контроля и самоконтроля, оценки физического развития и физической подготовки.
20. Оздоровительная ходьба и оздоровительный бег.

21. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующая биологическая система.
22. Основы регулирования массы тела.
23. Приёмы снятия психоэмоционального напряжения или стресса методами и средствами физической культуры и спорта.
24. Природные и гигиенические факторы как средства физического воспитания и методика их применения.
25. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
26. Работоспособность. Утомление. Восстановление работоспособности.
27. Роль и значение физической культуры в профилактике заболеваний и укреплении здоровья, сохранения творческой активности.
28. Самоконтроль за физическим развитием и функциональным состоянием организма.
29. Самоконтроль при самостоятельных занятиях физической культурой.
30. Самостоятельные занятия и работа на спортивных тренажёрах для юношей.
31. Самостоятельные занятия и силовая гимнастика для девушек.
32. Составление и обоснование индивидуального комплекса физических упражнений и доступных средств физической культуры (с указанием дозировки).
33. Социально-биологические основы физической культуры и спорта. Влияние разных факторов на жизнедеятельность организма, (природных, экологических, социальных).
34. Социальные функции физической культуры и спорта.
35. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студентов.
36. Строение позвоночника и укрепляющие упражнения.
37. Суставная гимнастика.
38. Физическая культура - часть общечеловеческой культуры.
39. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования.
40. Функциональная реакция отдельных структур организма на физическую активность.
41. Характеристика и основы воспитания физических качеств (по выбору студента):
42. Циклические и ациклические виды физической нагрузки.
43. Экогигиена физической культуры и спорт. Понятие «экогигиена», климатогеографические факторы и их влияние на здоровье и работоспособность занимающихся.

Приметные темы для учебно-исследовательских и проектных работ

1. Лечебная физкультура: комплексы физических упражнений направленных на устранение различных заболеваний (миопия, гипертония, нарушение осанки и пр.)
2. Лечебная физкультура как средство борьбы от переутомления и низкой работоспособности
3. Значение физической культуры и спорта в жизни человека
4. История развития физической культуры как учебной дисциплины
5. Актуальные проблемы в проведении занятий физической культуры в учебных заведениях
6. Влияние физических упражнений на полноценное развитие организма человека
7. Индивидуальные комплексы адаптивной физической культуры (подбираемые в соответствии с медицинскими показаниями учащихся)
8. Физическая подготовленность к воспроизводству и воспитанию здорового поколения, к активной жизнедеятельности, труду и защите Отечества.

Дневник самоконтроля

Ф.И.О. _____, возраст _____, курс,
 профессия/специальность _____

Показатели	Числа месяца											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	...	30
Пульс (утром лежа)												
Пульс (утром стоя)												
Проба Штанге (на вдохе)												
Проба Генчи (на выдохе)												
Пульс (вечером)												
Вес до тренировки и после тренировки												
Самочувствие												
Жалобы												
Сон												
Аппетит												
Желание заниматься												

Пронумеровано и прошнуровано

(Решение)

_____ ЛИСТОВ

Семьдесят семь руководителей

Д.А.Ткачева

Д.А.Ткачева

2017г.

