

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«БАЛАШОВСКИЙ ТЕХНИКУМ МЕХАНИЗАЦИИ СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА»

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ГАПОУ СО «Балашовский техникум
механизации сельского хозяйства»

А.В. Лукашин

20 12

Введено в действие

приказом директора

от « 22 » 12 20 12 № 100

Решения методического Совета,

протокол

от « 09 » 09 20 12 № 2



ПОЛОЖЕНИЕ

о порядке освоения учебной дисциплины

«Физическая культура»

Балашов
2018

1 Область применения

1.1 Настоящее Положение определяет основные правила освоения учебной дисциплины «Физическая культура» в ГАПОУ СО «Балашовский техникум механизации сельского хозяйства».

1.2 Положение является локальным нормативным актом и обязательно к применению во всех подразделениях, непосредственно связанных с планово-организационным обеспечением и проведением учебного процесса.

2 Нормативные ссылки

Положение разработано с учетом требований следующих правовых и нормативных документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 21.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный Закон Российской Федерации от 24.11.1995 г. №181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования (ФГОС СОО) от 17 мая 2012 г. N 413;
- Федеральные государственные образовательные стандарты среднего профессионального образования (ФГОС СПО);
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 14 июня 2013 г. № 464 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования» (ред. от 15.12.2014);
- Письмо Минобрнауки России от 17.03.2015 N 06-259 «О направлении доработанных рекомендаций 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»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от

30 мая 2012 года п мд-583/19 о методических рекомендациях "Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья";

- Письмо Минобразования РФ от 31.10.2003 п 13-51-263/123 "Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой";

- Письмо Минобрнауки России от 02.12.2015 N 08-1747 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с "Методическими рекомендациями по механизмам учета результатов выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) при осуществлении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по учебному предмету "Физическая культура");

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 апреля 2015 г. № 06-443 «Методические рекомендации по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования»;

- Письмо Департамента подготовки рабочих кадров и ДПО Министерства образования и науки Российской Федерации 18 марта 2014 г. № 06-281 «Требования к организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональных образовательных организациях, в том числе оснащенности образовательного процесса»;

- Письмо Минобразования РФ от 30.12.1999 N 16-52-290ин/16-13 "О Рекомендациях по организации учебного процесса по заочной форме обучения в образовательных учреждениях среднего профессионального образования"

3 Термины и определения

В настоящем Положении использованы следующие термины и определения:

Образовательная программа - комплекс основных характеристик

образования (объем, содержание, планируемые результаты), организационно-педагогических условий и форм аттестации, который представлен в виде учебного плана, календарного учебного графика, рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), оценочных и методических материалов, иных компонентов.

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

Безбарьерная архитектурная среда образовательной организации - архитектурная среда, обеспечивающая инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья, вне зависимости от происхождения, характера и серьезности их психофизических отличий, доступность прилегающей к образовательной организации территории, входных путей, путей перемещения внутри здания.

Инвалид - лицо, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящее к ограничению жизнедеятельности и вызывающее необходимость его социальной защиты.

Инклюзивное обучение - процесс обучения, обеспечивающий доступность образования для всех категорий лиц, в том числе для лиц с особыми потребностями, в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Лицо с ограниченными возможностями здоровья - лицо, имеющее физические и (или) психические недостатки, которые препятствуют освоению образовательных программ без создания специальных условий.

Ограничение жизнедеятельности - полная или частичная утрата лицом способности или возможности осуществлять самообслуживание, самостоятельно передвигаться, ориентироваться, общаться, контролировать свое поведение, обучаться и заниматься трудовой деятельностью.

4 Сокращения

В настоящем Положении использованы следующие сокращения:

Лицо с ОВЗ - лицо с ограниченными возможностями здоровья.

ФГОС СОО - Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования

ФГОС СПО - Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования.

ГТО - Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне"

5 Общие положения

5.1 Настоящее Положение определяет особенности реализации дисциплины «Физическая культура» для следующих категорий обучающихся:

- осваивающих образовательные программы по очной/заочной форме;
- осваивающих образовательные программы с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий;
- инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

5.2 В соответствии с требованиями ФГОС СОО учебная дисциплина «Физическая культура» из обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» включается в общеобразовательный цикл.

5.3 Учебная дисциплина «Физическая культура», являясь компонентом общей культуры, психофизического становления обучающегося в течение всего периода обучения, в соответствии с требованиями ФГОС СПО входит в обязательную часть общего гуманитарного и социально-экономического цикла образовательной программы.

5.4 Основная цель изучения учебной дисциплины «Физическая культура» – развитие физических качеств и двигательных способностей, совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, формирование национально – культурных ценностей и традиций, обеспечение мотивации и

потребности к занятиям физической культурой.

5.5 Сроки (семестры) проведения учебных занятий и формы промежуточной аттестации определяются учебными планами.

5.6 Реализация физической культуры осуществляется по рабочим программам учебной дисциплины, рассмотренным на заседаниях цикловой комиссии, методического совета и утверждённым зам. директора по учебной работе. В рабочих программах предусматривается использование дифференцированных форм и методов обучения, направленных на укрепление здоровья, физическое, интеллектуальное и духовное совершенствование обучающихся.

5.7 При освоении образовательной программы в ускоренные сроки в соответствии с индивидуальным планом может быть перенос результатов обучения по учебной дисциплине «Физическая культура» полностью или частично на основании предоставленных документов.

6 Особенности планирования и организации учебных занятий по физической культуре

6.1 До начала обучения в профессиональных образовательных организациях обучающиеся проходят медицинский осмотр (диспансеризацию) и компьютерное тестирование. Анализ физического развития, физической подготовленности, состояния основных функциональных систем позволяет определить медицинскую группу, в которой целесообразно заниматься обучающимся: основная, подготовительная или специальная.

6.2 К основной медицинской группе относятся обучающиеся, не имеющие отклонений в состоянии здоровья, с хорошим физическим развитием и достаточной физической подготовленностью.

6.3 К подготовительной медицинской группе относятся лица с недостаточным физическим развитием, слабой физической подготовленностью, без отклонений или с незначительными временными отклонениями в состоянии здоровья.

6.4 К специальной медицинской группе относятся обучающиеся, имеющие патологические отклонения в состоянии здоровья.

6.5 Специфика учебного процесса по физической культуре для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья связана с комплектованием учебных групп с учетом индивидуальных особенностей здоровья, потребностно-мотивационной сферы, физического развития и физической подготовленности обучающихся.

6.6 Для отдельных обучающихся в зависимости от степени ограниченности здоровья возможна разработка индивидуального учебного плана с индивидуальным графиком посещения занятий.

6.7 В зависимости от заболеваний двигательная активность обучающихся может снижаться или прекращаться. Обучающиеся, временно освобожденные по состоянию здоровья от практических занятий, осваивают теоретический и учебно-методический материал, готовят доклады.

6.8 До начала занятий обучающиеся обязаны ознакомиться с правилами техники безопасности и выполнять их в соответствии с инструктажем.

6.9 К занятиям по физической культуре допускаются обучающиеся только в спортивной закрытой обуви и спортивной одежде.

7 Особенности реализации учебной дисциплины «Физическая культура» для обучающихся, осваивающих образовательные программы по заочной форме

7.1 В рабочем учебном плане по дисциплине "Физическая культура" предусматриваются занятия в объеме не менее 2-х часов на группу, которые проводятся как установочные. Программа данной дисциплины реализуется в течение всего периода обучения и выполняется обучающимся самостоятельно. Для контроля ее выполнения планируется проведение письменной контрольной работы.

7.2 Особенности реализации учебной дисциплины «Физическая культура» для обучающихся, осваивающих образовательные программы по

заочной форме, заключаются в интенсивной самостоятельной подготовке в межсессионный период и контролем результатов обучения во время проведения сессий.

7.3 Для обучающихся по заочной форме обучения данная дисциплина проводится, как правило, в форме лекционных и семинарских занятий.

8 Особенности освоения учебной дисциплины «Физическая культура» инвалидами и лицами с ОВЗ

8.1 Особый порядок освоения учебной дисциплины «Физическая культура» устанавливается на основании соблюдения принципов здоровье сбережения и адаптивной физической культуры.

8.2 Основная работа на уроке физической культуры с данной категорией обучающихся ведется с точки зрения индивидуализации педагогического процесса. Индивидуальный подход означает учет особенностей, конкретных способностей и возможностей каждого обучающегося, создание максимально благоприятных условий для его роста.

8.3 Содержание Программы проходит по среднему уровню сложности выполняемых упражнений (комплексов), сокращением их длительности и количества повторений.

8.4 Основными формами освоения учебной дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учётом рекомендаций, данных обучающимся по заключению психолого-медико-педагогической комиссии, являются:

- подвижные занятия адаптивной физкультурой в специально оборудованных спортивных, тренажерных залах или на открытом воздухе;
- занятия малоподвижными видами спорта;
- занятия, посвященные поддержанию здоровья и здорового образа жизни, технологиям здоровьесбережения с учетом ограничений здоровья обучающихся.

8.5 Физическое совершенствование обучающихся с нарушением

состояния здоровья осуществляется с помощью:

- общеукрепляющих упражнений, которые применяются для оздоровления и укрепления организма, повышения физической работоспособности и психоэмоционального тонуса, активизации кровообращения и дыхания: упражнения, корригирующие деформацию грудной клетки; упражнения, дифференцированно укрепляющие определенные мышечные группы спины, живота и верхнего плечевого пояса; упражнения, вытягивающие позвоночник; упражнения, вырабатывающие правильную осанку; упражнения в равновесии (для совершенствования координации движений и улучшения осанки); корригирующие упражнения, направленные на восстановление правильного положения позвоночника, грудной клетки и нижних конечностей; стретчинговые и релаксационные упражнения (для снижения тонуса мышц, создания условий отдыха);

- дыхательных упражнений: статических - дыхание без одновременного движения конечностями и туловищем и динамических - одновременно с движением конечностями и туловищем, при обязательной полной согласованности амплитуды и темпа выполняемых движений с ритмом и глубиной дыхания. Выполняя данные упражнения, нельзя допускать задержки дыхания, оно должно быть свободным и спокойным;

- оздоровительно – корригирующих упражнений с использованием подвижных игр малой и умеренной интенсивности и элементов спортивных игр: баскетбола, футбола, ручного мяча, дартса, бадминтона, тенниса, водного поло, а также аэробики низкой (средней) интенсивности. Спортивные игры проводят по общим облегченным правилам с подбором партнеров с одинаковой физической подготовленностью;

- спортивно-прикладных упражнений и игр: ходьба, бег, лазание, бросание и ловля мяча, ходьба на лыжах, скандинавская ходьба, оздоровительное плавание, езда на велосипеде. Данные упражнения применяются в зависимости от задач, поставленных на занятиях и категории обучающихся.

8.6 Исключаются упражнения, связанные с большими мышечными напряжениями и задержкой дыхания. Исключаются упражнения, связанные с большими мышечными напряжениями и задержкой дыхания. Ограничивается нагрузка в беге, прыжках, в упражнениях с отягощениями, с преодолением препятствий, в эстафетах. Осуществляется контроль нагрузки по пульсу, дыханию и внешним признакам утомления обучающихся, и регулирование её в процессе занятия.

8.7 Для занятий обучающихся с ограниченными возможностями здоровья спортивное оборудование соответствует требованиям доступности, надежности, прочности, удобства. Помещения спортивного комплекса отвечают принципам создания безбарьерной среды.

8.8 Преподаватели учебной дисциплины "Физическая культура" должны иметь соответствующую подготовку для занятий с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.

9 Особенности реализации учебной дисциплины «Физическая культура» для обучающихся, осваивающих образовательные программы с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий

9.1 Особенности реализации дисциплины «Физическая культура» для обучающихся, осваивающих образовательные программы с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий заключаются в интенсивной самостоятельной подготовке обучающихся и контроле результатов обучения, в том числе дистанционно.

9.2 Одной из форм проведения являются онлайн-занятия с возможностью взаимодействия всех участников дистанционного обучения. Они могут быть использованы для проведения виртуальных лекций, семинаров, выступлений с докладами, защиты выполненных работ, проведения тренингов, организации коллективной работы.

9.3 Результат самостоятельной работы обучающихся представляется в

виде выполненных работ и отчетов в каждом учебном семестре посредством инструментария сети интернет, после чего обучающиеся допускаются к промежуточной аттестации.

10 Оценка учебных достижений обучающихся

10.1 Оценка учебных достижений обучающихся производится с учетом целей входного, текущего, рубежного и итогового педагогического контроля по учебной дисциплине «Физическая культура».

10.2 Предметом итоговой оценки освоения обучающимися образовательной программы должно быть достижение образовательных результатов необходимых для продолжения обучения, жизненной и социальной адаптации.

10.3 Результаты промежуточной аттестации должны отражать динамику индивидуальных достижений обучающихся с учетом их состояния здоровья и физиологических особенностей. Оценивание индивидуальных достижений обучающихся, осуществляется с помощью основных критериев оценивания деятельности обучающихся по темам программы и носит формирующий характер

10.4 Требование обязательности сдачи нормативов испытаний (тестов) Комплекса ГТО всеми обучающимися, осваивающими образовательные программы, законодательством в сфере образования не установлено, в связи с чем невыполнение нормативов Комплекса ГТО не может являться основанием для неудовлетворительной отметки в ходе текущей, промежуточной и итоговой аттестации учащихся по учебному предмету "Физическая культура".

10.5 Выполнение нормативов испытаний (тестов) Комплекса ГТО на золотой, серебряный и бронзовый знаки Комплекса ГТО является качественным показателем решения поставленной перед обучающимся задачи в соответствии с ФГОС и может соответствовать оценке "отлично".

10.6 Требования к результатам обучения обучающихся специального учебного отделения:

- уметь определить уровень собственного здоровья по тестам;
- уметь составить и провести с группой комплексы упражнений утренней и производственной гимнастики;
- овладеть элементами техники движений: релаксационных, беговых, прыжковых, ходьбы на лыжах, в плавании;
- уметь составлять комплексы физических упражнений для восстановления работоспособности после умственного и физического утомления;
- уметь применять на практике приемы массажа и самомассажа;
- овладеть техникой спортивных игр по одному из избранных видов;
- повышать аэробную выносливость с использованием циклических видов спорта (терренкура, кроссовой и лыжной подготовки);
- овладеть системой дыхательных упражнений в процессе выполнения движений для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений;
- знать состояние своего здоровья, уметь составить и провести индивидуальные занятия двигательной активности;
- уметь определять индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями, знать основные принципы, методы и факторы ее регуляции;
- уметь выполнять упражнения: сгибание и выпрямление рук в упоре лежа (для девушек — руки на опоре высотой до 50 см); подтягивание на перекладине (юноши); поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (девушки); прыжки в длину с места; бег 100 м; бег: юноши — 3 км, девушки — 2 км (без учета времени); тест Купера — 12-минутное передвижение; плавание — 50 м (без учета времени); бег на лыжах: юноши — 3 км, девушки — 2 км (без учета времени).

10.7 Если у обучающихся есть противопоказания по состоянию здоровья, относящиеся к освоению физической культуры, оценка успеваемости производится с учетом медицинских ограничений, по критериям оценивания обучающихся с нарушением состояния здоровья:

- - Знания о физической культуре (дифференцированный опрос, тест, реферат, проектная работа) по темам программы.
- - Самостоятельная разработка и демонстрирование перед аудиторией комплексов упражнений на развитие дыхательной и сердечно-сосудистой систем.
- - Самостоятельная разработка и демонстрирование комплекса упражнений перед аудиторией для формирования «мышечного корсета» и увеличения подвижности суставов.
- - Самостоятельная разработка и демонстрирование комплексов упражнений и (или) комбинаций для занятий оздоровительной аэробикой
- - Качественное выполнение технических элементов по всем модулям программы.
- - Индивидуальный рост физических способностей и расширение функциональных возможностей обучающегося.
- - Степень освоения спортивных игр.