

Рассмотрен  
на заседании Педагогического совета  
Протокол № 8 от «27» 06 2025 г.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

программы подготовки специалистов среднего звена  
бюджетного профессионального образовательного учреждения

Омской области

«Омский педагогический колледж № 1»

*наименование образовательной организации*

по специальности среднего профессионального образования

49.02.02 Адаптивная физическая культура

*код и наименование специальности*

Квалификация: педагог по адаптивной физической  
культуре и спорту

Форма обучения - очная

Нормативный срок освоения ППССЗ – 3 года и 10 мес.  
на базе основного общего образования

приём – 2025 год  
выпуск – 2029 год.

## **1. Пояснительная записка**

### **1.1. Нормативная база реализации**

Настоящий учебный план основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования (программы подготовки специалистов среднего звена – далее ППССЗ) бюджетного профессионального образовательного учреждения Омской области «Омский педагогический колледж № 1» разработан на основе Федерального закона от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказа Минпросвещения России от 28.08.2023 г. N 640 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура», а также приказа Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. N 413 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования", реализуемого в пределах ППССЗ с учетом профиля получаемого образования (гуманитарного), приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 24.08.2022 № 762 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования», приказа Минпросвещения России от 08 ноября 2021 г. № 800 «Об утверждении Порядка проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего профессионального образования», Приказа Минобрнауки России № 885, Министерства просвещения Российской Федерации № 390 от 5 августа 2020 г. «О практической подготовке обучающихся», Устава БПОУ «ОПК № 1».

### **1.2. Организация учебного процесса и режим занятий**

- 1) занятия начинаются 1 сентября;
- 2) объем недельной образовательной нагрузки обучающихся по программе не может превышать 36 академических часов и включает все виды работы во взаимодействии с преподавателем и самостоятельную учебную работу;
- 3) шестидневная учебная неделя;
- 4) продолжительность учебных занятий составляет 45 минут, предусмотрена группировка занятий парами по одной учебной дисциплине или профессиональному модулю. Перемена между парами по 10 минут, после двух первых пар занятий предусмотрен обеденный перерыв для организации питания;
- 5) система контроля и оценки процесса и результатов освоения ППССЗ представляет собой совокупность текущего контроля, промежуточной и государственной итоговой аттестации: текущий контроль проводится по пятибалльной шкале в форме опроса, тестирования, экспертной оценки, среза знаний, контрольной работы за счет учебного времени, отводимого на изучение дисциплин и профессиональных модулей, промежуточная аттестация в виде зачета, дифференцированного зачета, комплексного дифференцированного зачета, экзамена, экзамена (квалификационного); государственная итоговая аттестация проводится в форме демонстрационного экзамена и защиты дипломного проекта (работы).

6) учебная практика направлена на формирование у студентов практических профессиональных умений, приобретение первоначального практического опыта, реализуется в рамках модулей ППССЗ по основным видам профессиональной деятельности для последующего освоения студентами общих и профессиональных компетенций по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура.

Производственная практика включает в себя следующие этапы: практика по профилю специальности и преддипломная практика. Практика по профилю специальности направлена на формирование у студента общих и профессиональных компетенций, приобретение практического опыта и реализуется в рамках модулей ППССЗ по каждому из видов профессиональной деятельности, предусмотренных ФГОС СПО по специальности, концентрированная и рассредоточенная; преддипломная практика направлена на углубление студентом первоначального профессионального опыта, развитие общих и профессиональных компетенций, проверку его готовности к самостоятельной трудовой деятельности, а также на подготовку к выполнению выпускной квалификационной работы в образовательных организациях;

7) время и формы проведения консультаций (групповые, индивидуальные и т.д.) определяются на основе анализа потребностей студентов, рекомендаций ведущих преподавателей;

8) каникулы предоставляются обучающимся два раза в год: в зимний период продолжительностью не менее двух недель и в летний период - не менее восьми недель.

9) подготовка специалистов ведется с учетом национальных стандартов. Образовательная деятельность при освоении образовательной программы или отдельных ее компонентов организуется в форме практической подготовки в следующем соотношении: социально-гуманитарный цикл – до 40%, общепрофессиональный цикл – от 60 до 80%, профессиональный цикл – от 80%, учебная и производственная практика – 100%.

10) при реализации учебного плана у обучающихся помимо общих и профессиональных компетенций формируются личностные результаты, предусмотренные рабочей программой воспитания по специальности.

### **1.3. Формирование вариативной части ППССЗ**

Обязательная учебная нагрузка вариативной части ППССЗ в количестве **1296 часов** распределена следующим образом:

- добавлены дисциплины – **160 часов**:

1. 40 часов – Самопознание и самоопределение;
2. 40 часов - Современная культура и межкультурные взаимодействия/ История религии (по выбору)
3. 40 часов - Тренинг личностного роста/ Основы организации судейства спортивных соревнований по виду адаптивного спорта (по выбору)
4. 40 часов - Практикум по совершенствованию профессиональной подготовки

- добавлены часы - **886 часов**:

1. **42 часа** – социально-гуманитарный цикл;

2. **808 часов** – общепрофессиональные дисциплины;

3. **36 часов** – профессиональные модули.

Из обязательной нагрузки учебной и производственной практики профессионального модуля ПМ.03 выделены часы на преддипломную практику в количестве 144 часов.

Из вариативной части выделены часы на самостоятельную работу студентов в количестве **250 часов**.

#### **1.4. Порядок аттестации обучающихся**

Промежуточная аттестация организуется по завершению каждого семестра. Для проведения экзаменов выделяется сессионная неделя. Экзамен проводится в день, освобожденный от других форм учебной нагрузки. Экзамен (квалификационный) может быть проведен после освоения всех его элементов. Формы промежуточной аттестации: зачет, дифференцированный зачет (в том числе комплексный), экзамен (в том числе квалификационный). По профессиональным модулям формой промежуточной аттестации является экзамен (квалификационный), проводимый в последнем семестре изучения.

В рамках промежуточной аттестации может быть проведен демонстрационный экзамен по национальным стандартам как вид аттестационного испытания, который предусматривает моделирование реальных производственных условий для решения практических задач профессиональной деятельности в соответствии с лучшими мировыми и национальными практиками. В качестве задания демонстрационного экзамена предлагается комплексная практическая задача (в соответствии с комплектом оценочной документации по компетенции «Адаптивная физическая культура») моделирующая профессиональную деятельность и выполняемая в режиме реального времени. Для проведения демонстрационного экзамена выполняется комплекс требований по компетенции, включающие требования к оборудованию и оснащению, застройке площадки, составу экспертной группы, а также инструкций по технике безопасности.

Государственная итоговая аттестация проводится в форме демонстрационного экзамена и защиты дипломного проекта (работы).

Процедура проведения защиты выпускной квалификационной работы:

Защита выпускной квалификационной работы проводится на открытом заседании государственной аттестационной комиссии. На защиту отводится до 1 академического часа на одного студента. Процедура защиты включает доклад студента (не более 10 -15 минут), чтение отзыва и рецензии, вопросы членов комиссии, ответы студента.

Может быть предусмотрено выступление руководителя выпускной квалификационной работы, а также рецензента, если он присутствует на заседании государственной экзаменационной комиссии.

2.2 Календарный учебный график

К у р с	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель				май				июнь				июль				август																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											

Теоретическое обучение	Учебная практика	Практика по профилю специальности	Преддипломная практика	Промежуточная аттестация	Государственная итоговая аттестация	Каникулы	Подготовка к государственной итоговой аттестации	Рассредоточенная практика
	0	8	х	с	III	=	▲	

3. План учебного процесса

Индекс	Наименование циклов, дисциплин, профессиональных модулей, МДК, практик	Формы промежуточной аттестации		Трудоемкость образовательной программы (учебная нагрузка обучающихся)											Распределение обязательной нагрузки по курсам и семестрам (час в семестр)							
				Объем образовательной нагрузки	в том числе										1 курс		2 курс		3 курс		4 курс	
					ВСЕГО	самостоятельная учебная работа	во взаимодействии с преподавателем						практика	консультации	промежуточная аттестация	1 сем 17 нед (17) 612	2 сем 24 нед (22) 864	3 сем 17 нед (15) 612	4 сем 25 нед (21) 900	5 сем 17 нед (11) 612	6 сем 24 нед (16) 864	7 сем 17 нед (12) 612
		всего учебных занятий	в т.ч. в форме практ.подготовки				по видам учебных занятий	лекций, семинаров, уроков и т.д.	лабораторных и практических занятий	курсовой проект (работа)												
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
ОЦ.00	Общеобразовательный цикл	3	11	1476	1476	0	1404	390	680	724	0	0	28	44	612	864						
ОД.00	Общие учебные дисциплины																					
ОД.01	Русский язык	-/ Эп		120	120		112	56	56	56			2	6	54	66						
ОД.02	Литература		-/ ДЗ	150	150		146	26	88	58			2	2	86	64						
ОД.03	Математика (у)	-/ Эп		224	224		216	16	130	86			2	6	102	122						
ОД.04	Иностранный язык		-/ ДЗ	121	121		117	28		117			2	2	34	87						
ОД.05	Информатика		-/ ДЗ	82	82		78	44	22	56			2	2	34	48						
ОД.06	Физика		ДЗ	56	56		52	18	32	20			2	2		56						
ОД.07	Химия		ДЗ	44	44		40	14	28	12			2	2		44						
ОД.08	Биология		-/ ДЗ	68	68		64	22	42	22			2	2	34	34						
ОД.09	История (у)	-/ Эу		164	164		156	18	112	44			2	6	68	96						
ОД.10	Обществознание (у)		-/ ДЗ	144	144		140	34	74	66			2	2	68	76						
ОД.11	География		-/ ДЗ	54	54		50	22	34	16			2	2	34	20						
ОД.12	Основы безопасности и защиты Родины		-/ ДЗ	76	76		72	10	38	34			2	2	34	42						
ОД.13	Физическая культура		З / ДЗ	101	101		97	34		97			2	2	44	57						
ОД.14	Индивидуальный проект		-/ ДФК	36	36		30	14	18	12			2	4	20	16						
ОД.15	Введение в специальность		ДФК	36	36		34	34	6	28				2		36						
СГ.00	Социально-гуманитарный цикл	1	10	598	554	44	522	194	224	298	0	0	14	18	0	0	138	164	56	54	28	158
СГ.01	История России	-/Э		106	98	8	90	18	72	18			2	6			44	62				
СГ.02	Иностранный язык в профессиональной деятельности		- / - / ДЗ	120	112	8	108	108		108			2	2			30	32	30	28		
СГ.03	Безопасность жизнедеятельности		-/ ДЗ	82	76	6	72	18	54	18			2	2			38	44				
СГ.04	Физическая культура		З/З/З/З/ДЗ	158	148	10	144	38	2	142			2	2			26	26	26	26	28	26
СГ.05	Основы финансовой грамотности		ДЗ	44	40	4	36		36				2	2								44
СГ.06	Самопознание и самоопределение			44	40	4	36	6	30	6			2	2								44
СГ.07	Современная культура и межкультурные взаимодействия/ История религии (по выбору)		КДЗ	44	40	4	36	6	30	6			2	2								44
ОП.00	Общепрофессиональный цикл	8	12	2020	1860	160	1728	1390	532	1178	18	0	52	80	0	0	368	518	206	338	344	246
ОП.01	Основы педагогики	-/ Э		88	80	8	72	72	36	36			2	6			36	52				
ОП.02	Основы психологии	Э		88	80	8	72	54	30	42			2	6			88					
ОП.03	Основы обучения лиц с особыми образовательными потребностями	-/ Э		88	80	8	72	48	36	36			2	6					34	54		
ОП.04	Русский язык и культура профессиональной коммуникации педагога		-/ ДЗ	62	58	4	54	24	14	40			2	2			34	28				
ОП.05	Возрастная анатомия, физиология и гигиена	-/ Э		106	98	8	90	36	68	22			2	6					44	62		
ОП.06	Проектная и исследовательская деятельность в профессиональной сфере		-/ ДЗ	72	58	14	54	36	18	18	18		2	2					36	36		
ОП.07	Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности		-/ ДЗ	102	94	8	90	90		90			2	2			38	64				
ОП.08	Математические методы решения профессиональных задач		ДЗ	44	40	4	36	36	14	22			2	2					44			
ОП.09	Анатомия и физиология человека	-/ Э		88	80	8	72	52	36	36			2	6			40	48				
ОП.10	Гигиенические основы физической культуры и спорта		КДЗ	44	40	4	36	28	18	18			2	2								44
ОП.11	Основы биомеханики			44	40	4	36	30	6	30			2	2								44
ОП.12	Теория и история физической культуры и спорта	Э		88	80	8	72	72	44	28			2	6				88				
ОП.13	Теория и организация адаптивной физической культуры	-/ Э		88	80	8	72	30	42	30			2	6				36	52			
ОП.14	Основы коррекционной педагогики и коррекционной психологии		КДЗ	44	40	4	36	12	24	12			2	2					44			
ОП.15	Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта			44	40	4	36	18	18	18			2	2					44			
	Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности	Э	З,ДЗ,З,ДЗ,З	846	792	54	756	696	124	632			18	18			132	158	74	118	206	158
	Гимнастика			154	142	12	138	120	22	116			2	2			72	82				

ОП.16	Коррекционные развивающие игры			40	38	2	34	32	8	26			2	2			20	20					
	Спортивные игры			304	286	18	278	242	36	242			4	4					40	48	116	100	
	- баскетбол			88	82	6	80	68	12	68			1	1					40	48			
	- волейбол			88	82	6	80	68	12	68			1	1							48	40	
	- футбол			66	62	4	60	54	6	54			1	1							36	30	
	- теннис			62	60	2	58	52	6	52			1	1							32	30	
	Легкая атлетика			96	90	6	86	96	10	76			2	2					34	30	32		
	Плавание			58	54	4	50	42	10	40			2	2							58		
	Лыжный спорт			96	90	6	86	98	10	76			2	2			40	56					
Туризм			40	38	2	34	24	16	18			2	2						40				
	Новые виды физкультурно-спортивной деятельности (аэробика)			58	54	4	50	42	12	38			2	2								58	
ОП.17	Тренинг личностного роста/ Основы организации судейства спортивных соревнований по виду адаптивного спорта (по выбору)		КДЗ	42	40	2	36	22	2	34			2	2							42		
ОП.18	Практикум по совершенствованию профессиональной подготовки			42	40	2	36	34	2	34			2	2							42		
П.00	Профессиональный цикл	7	10	1630	1584	46	576	1256	236	340	0	900	40	68	0	0	106	218	350	472	240	244	
ПМ.00	Профессиональные модули	7	9	1486	1440	46	576	1112	236	340	0	756	40	68	0	0	106	218	350	472	240	100	
ПМ.01	Организация и проведение физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья	3	4	570	548	22	252	418	118	134	0	252	16	28	0	0	74	76	164	256	0	0	
МДК.01.01	Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья	-/-/ Э		124	116	8	108	52	56	52			2	6			38	40	46				
МДК.01.02	Организация спортивно-массовых соревнований и мероприятий по выполнению требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья		ДЗ	44	40	4	36	24	12	24			2	2						44			
МДК.01.03	Лечебная физическая культура и массаж	-/ Э		86	80	6	72	72	32	40			2	6					46	40			
МДК.01.04	Методика организации летнего отдыха и оздоровления		ДЗ	44	40	4	36	18	18	18			2	2						44			
УП.01	Учебная практика		-/-/ ДЗ	108	108		0	108				108					36	36		36			
ПП.01	Производственная практика		-/ ДЗ	144	144		0	144				144							72	72			
	экзамен по модулю	Эм		20	20		0						8	12						20			
ПМ.02	Методическое обеспечение физкультурной и спортивной деятельности с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья	2	1	396	388	8	144	306	56	88	0	216	10	18	0	0	32	32	68	104	160	0	
МДК.02.01	Теоретические и прикладные аспекты методической и исследовательской работы в области адаптивной физической культуры и спорта	-/-/-/ Э		160	152	8	144	90	56	88			2	6			32	32	32	32	32		
УП.02	Учебная практика		-/ КДЗ	72	72		0	72				72							36	36			
ПП.02	Производственная практика			144	144		0	144				144							36	108			
	экзамен по модулю	Эм		20	20		0						8	12							20		
ПМ.03	Организация адаптивного физического воспитания обучающихся в специальных (коррекционных) и общеобразовательных организациях	2	4	520	504	16	180	388	62	118	0	288	14	22	0	0	0	110	118	112	80	100	
МДК.03.01	Частные методики адаптивного физического воспитания	-/-/ Э		124	116	8	108	56	34	74			2	6				38	46	40			
МДК.03.02	Методика адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к медицинским группам		ДЗ	44	40	4	36	22	14	22			2	2								44	
МДК.03.03	Теоретические и методические основы организации и проведения внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности		ДЗ	44	40	4	36	22	14	22			2	2							44		
УП.03	Учебная практика		-/ ДЗ	108	108		0	108				108						72	36				
ПП.03	Производственная практика		-/-/ ДЗ	180	180		0	180				180							36	72	36	36	
	экзамен по модулю	Эм		20	20		0						8	12								20	
ППП.00.00	Производственная практика по профилю специальности		ДЗ	144	0			144				144										144	
ГИА	Государственная итоговая аттестация			216	0																	216	
	Подготовка к ГИА			144	0																	144	
	Демонстрационный экзамен			36	0																	36	
	Защита дипломной работы (проекта )			36	0																	36	
	Всего	19	43	5940	4574	250	4230	3230	1672	2540	18	900	134	210	612	864	612	900	612	864	612	864	
всего часов недельной нагрузки															36	36	36	36	36	36	36	36	36

Государственная итоговая аттестация		Всего	дисциплин и МДК	12	15	12	15	10	12	7	8
1.1. Дипломный проект (работа)			учебной практики	0	0	36	108	72	72	0	0
Выполнение дипломного проекта (работы) и подготовка к демонстрационному экзамену - 4 недели			производственной практики	0	0	0	0	108	180	144	36
Защита дипломной работы (проекта) - 1 неделя			преддипломной практики	0	0	0	0	0	0	0	144
1.2. Демонстрационный экзамен - 1 неделя			экзаменов	0	3	1	4	2	4	3	2
			дифф.зачетов*(в том числе по физической культуре - во 2 и 8 семестре)	0	10	0	5	1	8	3	7
			зачетов*(в том числе по физической культуре)	1	0	2	1	2	1	2	0



**2.1 Сводные данные по бюджету времени (в неделях) для специальности  
49.02.02 Адаптивная физическая культура**

Курсы	Обучение по дисциплинам и междисциплинарным курсам	1 сем	2 сем	Учебная практика	1 сем	2 сем	Производственная практика				Промежуточная аттестация	1 сем	2 сем	ГИА	каникулы	всего по курсам
							по профилю специальности	1 сем	2 сем	преддипломная						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
I курс	39	17	22								2		2		11	52
II курс	36	15	21	4	1	3					2	1	1		10	52
III курс	27	11	16	4	2	2	8	3	5		2	1	1		11	52
IV курс	24	12	12				5	4	1	4	2	1	1	6	2	43
<b>Всего</b>	<b>126</b>	<b>55</b>	<b>71</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>13</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>34</b>	<b>199</b>

**Перечень специальных помещений для подготовки по специальности  
49.02.02 Адаптивная физическая культура**

<b>1. Перечень специальных помещений</b>
<b>1.1. Кабинеты:</b>
Социально-гуманитарных дисциплин
Иностранного языка
Безопасности жизнедеятельности
Математики
Информатики
Педагогики и психологии
Анатомии и физиологии и гигиены
Теории и истории физической культуры и спорта
Теории и организации адаптивной физической культуры и спорта
Медицинских основ адаптивной физической культуры и спорта
Методического обеспечения физкультурной и спортивной деятельности с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья
Методики организации адаптивного физического воспитания обучающихся в специальных (коррекционных) и общеобразовательных организациях
<b>1.2. Лаборатории:</b>
Физической и функциональной диагностики
<b>1.3. Спортивный комплекс:</b>
(универсальный) спортивный зал, оснащенный спортивным инвентарём и оборудованием, обеспечивающим достижение результатов освоения образовательной программы
оборудованные открытые спортивные площадки, обеспечивающие достижение результатов освоения образовательной программы
плавательный бассейн, оснащенный спортивным инвентарём и оборудованием, обеспечивающим достижение результатов освоения образовательной программы
<b>1.5. Залы:</b>
библиотека, читальный зал с выходом в Интернет
актовый зал

Согласовано:

Заместитель директора  
Заведующий отделением  
Заведующий центром МПД



В.В. Швыдко  
В.В. Шевченко  
М.В. Глазачева