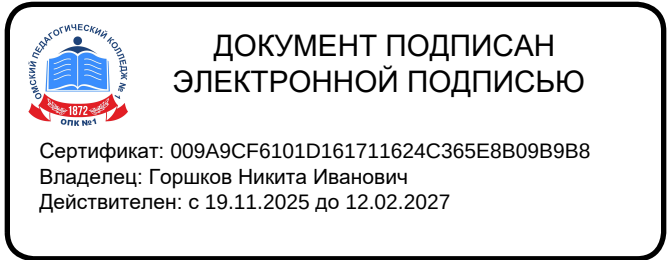


Рассмотрен
на заседании Педагогического совета
Протокол № 6 от «18» 05 2026 г.



УЧЕБНЫЙ ПЛАН
образовательной программы «Профессионалитет»

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 – 2026 год

выпуск – 2030 год

1. Пояснительная записка

1.1. Нормативная база реализации

Настоящий учебный план образовательной программы «Профессионалитет» среднего профессионального образования (подготовки специалистов среднего звена) (далее – ОП-П) бюджетного профессионального образовательного учреждения Омской области «Омский педагогический колледж № 1» (далее – БПОУ «ОПК №1») разработан на основе Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 28.08.2023 г. № 640), а также Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413), реализуемого в пределах ОП-П с учетом профиля получаемого образования (гуманитарного), Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования (Приказ Минпросвещения России от 24.08.2022 № 762), Порядка проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего профессионального образования (Приказ Минпросвещения России от 08.11.2021 № 800), Положения о практической подготовке обучающихся (Приказ Минобрнауки России № 885, Минпросвещения России № 390 от 05.08.2020), 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 превышает 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) при проведении учебных занятий применяются передовые методы обучения: проектная деятельность и проблемное обучение, игровые и квест-технологии, кейс-метод и метод портфолио, интерактивные задания, деловые и интеллектуальные онлайн-игры с использованием цифровых образовательных ресурсов, а также современное оборудование зон по видам работ, созданных в рамках федерального проекта «Профессионалитет»;
- 6) система контроля и оценки процесса и результатов освоения ОП-П представляет собой совокупность текущего и рубежного контроля, промежуточной и государственной итоговой аттестации. Текущий и рубежный контроль проводится по пятибалльной шкале в форме опроса, тестирования, экспертной оценки, среза знаний, контрольной работы и др. за счет

учебного времени, отводимого на изучение дисциплин и профессиональных модулей.

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета, комплексного зачета, дифференцированного зачета, комплексного дифференцированного зачета, другой формы контроля, экзамена, комплексного экзамена, экзамена по модулю, экзамена квалификационного.

Государственная итоговая аттестация проводится в форме демонстрационного экзамена (далее – ДЭ) и защиты дипломного проекта (работы);

7) учебная практика направлена на формирование у обучающихся умений, приобретение первоначального практического опыта и реализуется в рамках профессиональных модулей ОП-П по основным видам профессиональной деятельности для последующего освоения ими общих и профессиональных компетенций по избранной специальности.

Производственная практика включает в себя следующие этапы: практика по профилю специальности и преддипломная практика.

Практика по профилю специальности направлена на формирование у обучающегося общих и профессиональных компетенций, приобретение практического опыта и реализуется в рамках профессиональных модулей ОП-П по каждому из видов профессиональной деятельности, предусмотренных ФГОС СПО по специальности, проводится как концентрировано, так и рассредоточено.

Преддипломная практика направлена на углубление первоначального практического опыта обучающегося, развитие общих и профессиональных компетенций, проверку его готовности к самостоятельной трудовой деятельности, а также на подготовку к выполнению выпускной квалификационной работы в образовательных организациях;

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

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

10) образовательная деятельность при освоении образовательной программы и отдельных ее компонентов организуется в форме практической подготовки в следующем соотношении: социально-гуманитарный цикл – 76%, общепрофессиональный цикл – 92%, профессиональный цикл – 93%, учебная и производственная практика – 100%;

11) при реализации ОП-П отработка профессиональных компетенций осуществляется в соответствии с видами деятельности ФГОС СПО с использованием материально-технической базы зон «Современные технологии физического воспитания и адаптивной физической культуры», «Современные мультимедийные технологии в образовательной деятельности».

1.3. Формирование вариативной части

Обязательная учебная нагрузка вариативной части ОП-П в количестве **1296 часов** распределена следующим

образом:

- добавлены дисциплины – 198 часов:

1. 38 часов - Практикум по развитию информационной культуры;
2. 48 часов – Цифровые и мультимедийные технологии в профессиональной сфере;
3. 38 часов – Педагогическая риторика / Психолого-педагогический практикум (по выбору);
4. 38 часов – Практикум по совершенствованию профессиональной подготовки;
5. 36 часов – Введение в специальность;

- добавлен междисциплинарный курс – 114 часов:

6. 114 часов - Методика организации летнего отдыха и оздоровления;

- добавлен профессиональный модуль «Выполнение работ по должности служащего 23178 Фитнес-инструктор» – 304 часа:

7. 140 часов – Теоретические и методические основы организации деятельности фитнес-инструктора;
8. 36 часов – Учебная практика;
9. 108 часов – Производственная практика;
10. 20 часов – Экзамен квалификационный;

- добавлены часы – 526 часов:

11. 78 часов – социально-гуманитарный цикл;
12. 422 часа – общепрофессиональный цикл;
13. 26 часов – профессиональные цикл.

- выделены часы на самостоятельную работу студентов в количестве 154 часа.

1.4. Порядок аттестации обучающихся

Промежуточная аттестация организуется по завершению каждого семестра, за исключением последнего. Для этого, как правило, выделяется сессионная неделя. Экзамен проводится в день, освобожденный от других форм учебной нагрузки. Формы промежуточной аттестации: зачет, комплексный зачет, дифференцированный зачет, комплексный дифференцированный зачет, другие формы контроля, экзамен, комплексный экзамен, экзамен по модулю, экзамен квалификационный.

По профессиональным модулям формой промежуточной аттестации является экзамен по модулю, проводимый в последнем семестре изучения после освоения всех его элементов. Квалификационный экзамен проводится по завершении освоения профессионального модуля «Выполнение работ по должности служащего 23178 Фитнес-инструктор».

Одной из форм экзамена является ДЭ, который предусматривает выполнение студентом практических заданий, максимально приближенных к реальным задачам будущей специальности. В отличие от традиционных экзаменов, где

проверяются теоретические знания, ДЭ акцентирует внимание на демонстрации практических навыков и умений. В качестве задания ДЭ предлагается комплексная практическая задача в соответствии с комплектом оценочной документации, моделирующая профессиональную деятельность и выполняемая в режиме реального времени. Для проведения ДЭ выполняется комплекс требований по специальности, включающих 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).

Защита выпускной квалификационной работы проводится на открытом заседании государственной экзаменационной 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

Курс	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель				май				июнь				июль				август												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52					
I																		=	=																																						
II																	с	=	=																			0	8	8	с	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=				
III												0	8	8	8	8	с	=	=	=																0	0	8	8	8	8	8	8	8	с	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=
IV												0	8	8	8	8	с	=	=													8	8	с	х	х	х	х	▲	▲	▲	▲	III	III													

Теоретическое обучение

Учебная практика

0

Практика по профилю специальности

8

Преддипломная практика

х

Промежуточная аттестация

с

Государственная итоговая аттестация

III

Каникулы

=

Подготовка к государственной итоговой аттестации

▲

Рассредоточенная практика

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							1 сем 17 нед 612	2 сем 24 нед 864	3 сем 17 нед 612	4 сем 25 нед 900	5 сем 17 нед 612	6 сем 24 нед 864	7 сем 17 нед 612	8 сем 24 нед 864	
		всего учебных занятий	в т.ч. в форме практ.подготовки				лекций, семинаров, уроков и т.д.	лабораторных и практических занятий	курсовой проект (работа)	практика	консультации	промежуточная аттестация										
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	1406	398	698	708	0	0	28	42	612	828	36	0	0	0	0	0
ОД.00	Общие учебные дисциплины																					
ОД.01	Русский язык	-/Эп		100	100		92	48	44	48			2	6	44	56						
ОД.02	Литература		-/ДЗ	116	116		112	50	62	50			2	2	44	72						
ОД.03	Математика (у)	-/Эп		244	244		236	16	150	86			2	6	110	134						
ОД.04	Иностранный язык		-/ДЗ	90	90		86	28		86			2	2	34	56						
ОД.05	Информатика		-/ДЗ	100	100		96	44	22	74			2	2	44	56						
ОД.06	Физика		-/ДЗ	80	80		76	24	40	36			2	2		44	36					
ОД.07	Химия		-/ДЗ	74	74		70	24	54	16			2	2	36	38						
ОД.08	Биология (у)		-/ДЗ	108	108		104	40	54	50			2	2	46	62						
ОД.09	История		-/ДЗ	136	136		132	18	92	40			2	2	58	78						
ОД.10	Обществознание (у)	-/Эу		152	152		144	34	84	60			2	6	64	88						
ОД.11	География		-/ДЗ	72	72		68	16	44	24			2	2	34	38						
ОД.12	Основы безопасности и защиты Родины		-/ДЗ	68	68		64	10	34	30			2	2	34	34						
ОД.13	Физическая культура		3 / ДЗ	100	100		96	34		96			2	2	44	56						
ОД.14	Индивидуальный проект		-/ДФК	36	36		30	12	18	12			2	4	20	16						
СГ.00	Социально-гуманитарный цикл		10	544	506	38	486	378	106	380	0	0	10	10	0	0	144	152	50	52	52	94
СГ.01	История России		-/ДЗ	94	88	6	84	18	66	18			2	2			50	44				
СГ.02	Иностранный язык в профессиональной деятельности		-/-/-/-/ДЗ	158	144	14	140	140		140			2	2			28	28	26	26	24	26
СГ.03	Безопасность жизнедеятельности		-/ДЗ	74	70	4	66	38	28	38			2	2			36	38				
СГ.04	Физическая культура		3,3,3,3,ДЗ	178	166	12	162	160		162			2	2			30	42	24	26	28	28
СГ.05	Основы финансовой грамотности		3	40	38	2	34	22	12	22			2	2								40
ОП.00	Общепрофессиональный цикл	8	15	1752	1662	90	1502	1548	566	936	18	0	56	86	0	36	432	538	132	116	252	246
ОП.01	Основы педагогики	Э		74	70	4	62	62	38	24			2	6			74					
ОП.02	Основы психологии	Э		78	74	4	66	66	40	26			2	6			78					
ОП.03	Основы обучения лиц с особыми образовательными потребностями		ДЗ	50	48	2	44	44	28	16			2	2								50
ОП.04	Русский язык и культура профессиональной коммуникации педагога	-/Э		78	74	4	66	40	26	40			2	6			38	40				
ОП.05	Возрастная анатомия, физиология и гигиена	-/Э		78	74	4	66	66	44	22			2	6			36	42				
ОП.06	Проектная и исследовательская деятельность в профессиональной сфере		-/ДЗ	56	54	2	32	30	20	12	18		2	2					36	20		
ОП.07	Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности		-/ДЗ	78	74	4	70	70	2	68			2	2			38	40				
ОП.08	Математические методы решения профессиональных задач		ДЗ	44	40	4	36	36	22	14			2	2				44				
ОП.09	Анатомия и физиология человека	-/Э		86	82	4	74	74	44	30			2	6			42	44				
ОП.10	Гигиенические основы физической культуры и спорта		ДЗ	40	36	4	32	34	22	10			2	2				40				
ОП.11	Основы биомеханики		ДЗ	44	40	4	36	36	26	10			2	2				44				
ОП.12	Теория и история физической культуры и спорта	Э		72	68	4	60	60	44	16			2	6			72					
ОП.13	Основы коррекционной педагогики и коррекционной психологии		КДЗ*	36	34	2	30	30	20	10			2	2							36	
ОП.14	Теория и организация адаптивной физической культуры	Э		76	70	6	62	64	38	24			2	6			76					
ОП.15	Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта		КДЗ*	38	34	4	30	18	12	18			2	2							38	
	Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности	Э	3,ДЗ,3,ДЗ,3	618	592	26	556	638	124	432			18	18			126	96	56	46	178	116
	Гимнастика			120	114	6	110	110	22	88			2	2			70	50				

ОП.16	Коррекционные развивающие игры			40	38	2	34	32	8	26			2	2			20	20				
	Спортивные игры			214	206	8	198	198	36	162			4	4					26	118	70	
	- баскетбол			64	62	2	60	60	12	48			1	1					26	38		
	- волейбол			64	62	2	60	60	12	48			1	1						34	30	
	- футбол			44	42	2	40	40	6	34			1	1						24	20	
	- теннис			42	40	2	38	38	6	32			1	1						22	20	
	Легкая атлетика			62	60	2	56	56	10	46			2	2			36	26				
	Плавание			56	54	2	50	50	10	40			2	2					56			
	Лыжный спорт			40	38	2	34	34	10	24			2	2						20	20	
	Туризм			40	38	2	34	34	16	18			2	2							40	
	Новые виды физкультурно-спортивной деятельности (аэробика)			46	44	2	40	50	12	28			2	2								46
ОП.17ц	Практикум по развитию информационной культуры		ДЗ	40	38	2	34	34	2	32			2	2					40			
ОП.18ц	Цифровые и мультимедийные технологии в профессиональной сфере		ДЗ	50	48	2	44	44	2	42			2	2					50			
ОП.19*	Педагогическая риторика/ Психолого-педагогический практикум (по выбору)		КДЗ	40	38	2	34	34	4	30			2	2								40
ОП.20*	Практикум по совершенствованию профессиональной подготовки			40	38	2	34	34	2	32			2	2								40
ОП.21*	Введение в специальность		ДФК	36	36		34	34	6	28				2			36					
П.00	Профессиональный цикл	10	7	1952	1892	60	708	1750	302	406	0	1044	50	90	0	0	0	210	430	696	308	308
ПМ.00	Профессиональные модули	10	6	1808	1748	60	708	1606	302	406	0	900	50	90	0	0	0	210	430	696	308	164
ПМ.01	Организация и проведение физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья	4	2	686	658	28	286	610	128	158	0	324	16	32	0	0	0	210	162	314	0	0
МДК.01.01	Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья	-/Э		106	98	8	90	90	46	44			2	6				62	44			
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	36	12	24			2	2					44			
МДК.01.03	Лечебная физическая культура и массаж	Э		68	62	6	54	54	26	28			2	6					68			
МДК.01.04*	Методика организации летнего отдыха и оздоровления	Э		124	114	10	106	106	44	62			2	6				40	46	38		
УП.01	Учебная практика		-/-/КДЗ	72	72		0	72				72						36		36		
ПП.01	Производственная практика			252	252		0	252				252						72	72	108		
ПМ.01.Эм	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	288	282	6	146	252	58	88	0	108	10	18	0	0	0	0	46	36	206	0
МДК.02.01	Теоретические и прикладные аспекты методической и исследовательской работы в области адаптивной физической культуры и спорта	-/-/ Э		160	154	6	146	144	58	88			2	6					46	36	78	
УП.02	Учебная практика		-/ КДЗ	36	36		0	36				36								36		
ПП.02	Производственная практика			72	72		0	72				72								72		
ПМ.02.Эм	экзамен по модулю	Эм		20	20		0						8	12							20	
ПМ.03	Организация адаптивного физического воспитания обучающихся в специальных (коррекционных) и общеобразовательных организациях	2	2	516	504	12	144	468	62	82	0	324	14	22	0	0	0	0	148	102	102	164
МДК.03.01	Частные методики адаптивного физического воспитания	-/-/ Э		100	92	8	84	84	34	50			2	6					40	30	30	
МДК.03.02	Методика адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к медицинским группам		КДЗ	36	34	2	30	30	14	16			2	2								36
МДК.03.03	Теоретические и методические основы организации и проведения внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности			36	34	2	30	30	14	16			2	2								36
УП.03	Учебная практика		-/-/КДЗ	36	36		0	36				36							36			
ПП.03	Производственная практика			288	288		0	288				288							72	72	72	72

ПМ.03.Эм	экзамен по модулю	Эм		20	20		0						8	12								20					
ПМ.04*	Выполнение работ по должности служащего 23178 Фитнес-инструктор	2	1	318	304	14	132	276	54	78	0	144	10	18	0	0	0	0	74	244	0	0					
МДК.04.01*	Теоретические и методические основы организации деятельности фитнес-инструктора	-/Э		154	140	14	132	132	54	78			2	6					74	80							
УП.04*	Учебная практика		КДЗ	36	36			36				36								36							
ПП.04*	Производственная практика			108	108			108				108								108							
ПМ.04.Эк*	Экзамен квалификационный	ЭК		20	20								8	12						20							
ППпПС.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	21	43	5940	4492	188	4120	4074	1672	2430	18	1044	144	228	612	864	612	900	612	864	612	864					
всего часов недельной нагрузки																36	36	36	36	36	36	36	36	36	36		
Государственная итоговая аттестация																Всего											
1.1. Дипломный проект (работа)																											
Выполнение дипломного проекта (работы) и подготовка к демонстрационному экзамену - 4 недели																											
Защита дипломной работы (проекта) - 1 неделя																											
1.2. Демонстрационный экзамен - 1 неделя																											
																дисциплин и МДК	13	15	12	16	10	11	7	9			
																учебной практики	0	0	0	36	36	72	36	0			
																производственной практики	0	0	0	72	144	288	144	72			
																преддипломной практики	0	0	0	0	0	0	0	144			
																экзаменов	0	3	2	5	1	5	3	2			
																дифф.зачетов (в том числе по физической культуре во 2 и 8 семестре)				0	9	1	7	1	6	2	7
																зачетов (в том числе по физической культуре в 3, 4, 5, 6, 7 семестрах)				1	0	2	1	2	1	2	1

КДЗ* - комплексный дифференцированный зачёт по дисциплинам:
ОП.13 Основы коррекционной педагогики и коррекционной психологии
ОП.15 Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта

вариативные дисциплины, МДК, практика

Перечень специальных помещений для подготовки по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура	
1.	Перечень специальных помещений
1.1.	Кабинеты:
1.1.2.	"Социально-гуманитарных дисциплин"
1.1.3.	"Общепрофессиональных дисциплин и профессиональных модулей"
1.1.4.	"Самостоятельной и воспитательной работы"
1.2.	Лаборатории:
1.2.1.	"Безопасности жизнедеятельности"
1.3.	Мастерские/зоны по видам работ
1.4.	Спортивный комплекс
1.5.	Залы:
1.5.1.	библиотека, читальный зал с выходом в Интернет
1.5.2.	актовый зал

Согласовано:

Заместитель директора

Заместитель директора

Заведующий отделением

В.В. Швыдко

Н.А. Бубнова

В.В. Шевченко