

Департамент труда и социальной защиты населения города Москвы

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение города Москвы "Московский колледж социальных профессий имени Е.И. Холостовой"

План одобрен Педагогическим советом
Протокол № 2 от 24.02.2026

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

программы подготовки специалистов среднего звена среднего профессионального образования

49.02.02

49.02.02 АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Профиль СОО: гуманитарный

Квалификация: Педагог по адаптивной физической культуре и спорту

Форма обучения: Очная

Срок получения образования по ОП: 3 г. 10 м.

Уровень образования при приеме на обучение: основное общее образование

Год начала подготовки (по учебному плану)

2026

Учебный год

2026-2027

Образовательный стандарт (ФГОС)

№ 640 от 28.08.2023

Код	Области профессиональной деятельности и (или) сферы профессиональной деятельности. Профессиональные стандарты
03	СОЦИАЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ
03.012	АССИСТЕНТ (ПОМОЩНИК) ПО ОКАЗАНИЮ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ИНВАЛИДАМ И ЛИЦАМ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
05	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ
05.002	ТРЕНЕР ПО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И АДАПТИВНОМУ СПОРТУ
05.004	ИНСТРУКТОР-МЕТОДИСТ ПО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И АДАПТИВНОМУ СПОРТУ
05.005	СПЕЦИАЛИСТ ПО ИНСТРУКТОРСКОЙ И МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЕ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Виды деятельности

организация и проведение физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья

методическое обеспечение физкультурной и спортивной деятельности с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья

проведение групповых и индивидуальных занятий по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации, в том числе по инклюзивной программе (по выбору)

Освоение профессий рабочих, должностей служащих:

Ассистент по оказанию технической помощи

Фитнес-инструктор

Инструктор по физической подготовке



УТВЕРЖДАЮ

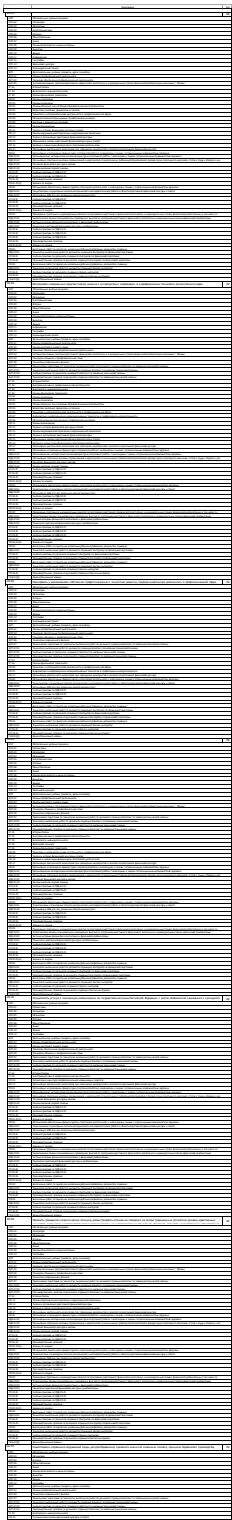
Директор

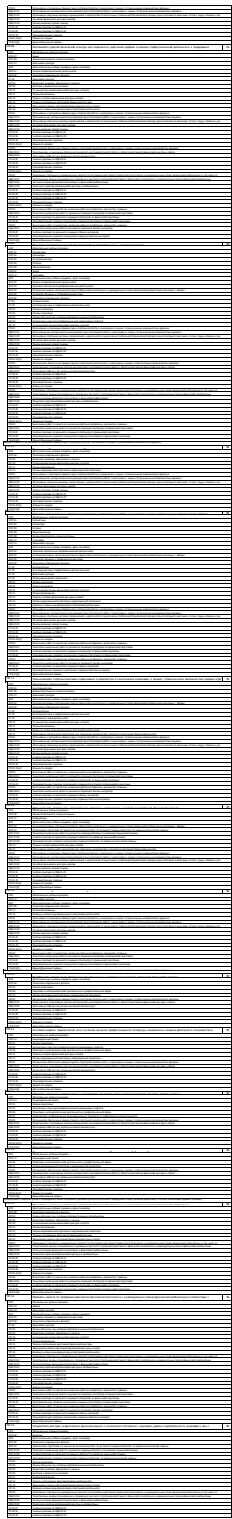
Гайнуллин Т.Р.

20.02.2026 г.

Структура образовательной программы	Объем образовательной программы в академических часах	
	ФГОС	УП
		Фактическое
Дисциплины (модули)	2052	2124
Практики	1620	2124
Государственная итоговая аттестация	216	216
Общий объем образовательной программы:		
на базе основного общего образования, включая получение среднего общего образования на основе требований федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования	5940	5940

Семь в	Индик	Наименование	Формы пр. акт.				Итого академ.час				Объем ОП	Курс 1	Курс 2	Курс 3	Курс 4	Зачетная нагрузка					
			Экс. зан	Занят с о.б.	Контр. доп.	Тренинги	По плану	Конт. раб.	Акт. раб.	ОП							Литт.	Пр. модуль	Общ. часть	Итого	Семес. 1
ОП ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА																					
СОО. Среднее общее образование																					
+	ОП1	Обязательные учебные предметы	222	1	22222	11111	111	2	836	836	800	782	18	18	836	374	462				
+	ОП1.01	Русский язык	2						66	66	60	54			66	26	40				
+	ОП1.02	Литература		2	1				72	72	72	72			72	34	38				
+	ОП1.03	Математика	2						120	120	108	102	6		120	50	70				
+	ОП1.04	Исторический язык		2					36	36	36	36			36	18	18				
+	ОП1.05	История		2*	1				72	72	72	72			72	34	38				
+	ОП1.06	Обществознание		2*	1				106	106	100	100	6		106	48	58				
+	ОП1.07	Физика		2					60	60	54	54			60	16	20				
+	ОП1.08	Основы безопасности и защиты Родины		2	1				36	36	36	36			36	18	18				
+	ОП1.09	Биология		2	1				114	114	102	96	6		114	46	68				
+	ОП1.10	Финансы		2	1				60	60	54	54			60	16	20				
+	ОП1.11	Информатика		2	1				36	36	36	36			36	16	20				
+	ОП1.12	География		2					36	36	36	36			36	18	18				
+	ОП1.13	Финансовая культура		1	2				36	36	36	36			36	18	18				
+	ОП1.14	Индивидуальный проект			2				34	34	34	34			34	15	18				
+	ДП1	Дополнительные учебные предметы, курсы по выбору	112		222	112	22	640	640	604	586	18	18		640	238	402				
+	ДП1.01	Основы предпринимательской деятельности			1				72	72	66	66	6		72	72	72				
+	ДП1.02	Основы инженерной деятельности			1				48	48	44	44			48	44	44				
+	ДП1.03	Процесс обеспечения профессиональной деятельности			2*	1			64	64	58	58	6		64	38	36				
+	ДП1.04	Система реализации программы адаптивного физического воспитания и индивидуального плана физической реабилитации населения г. Москвы			2*	1			32	32	32	32			32		32				
+	ДП1.05	Стандарты общие и профессиональные этапа			1				54	54	48	42			54	54	54				
+	ДП1.06	Технологии современного фитнеса			1				74	74	68	62			74	74	74				
+	ДП1.07	Практическая подготовка по теме «Выполнение работ по должности специалиста Ассистент по оказанию физической помощи»		2			2	22	300	300	288	282	6		6	300	300				
+	ДП1.07.01	Технология выполнения работ по должности специалиста Ассистент по оказанию физической помощи			2				36	36	30	30	6		36	36	36				
+	ДП1.07.02	Учебная программа по должности специалиста Ассистент по оказанию физической помощи			2				198	198	188	188			198	198	198				
+	ДП1.07.03	Производственная программа по должности специалиста Ассистент по оказанию физической помощи			2				144	144	144	144			144	144	144				
+	ДП1.07.04	Учебные квалификационные задания			2				12	12	6	6			12	12	12				
П. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА																					
СФ. Социально-трудовой цикл																					
+	СФ.01	История России		4					304	304	304	304			304	118	108	20	88	18	12
+	СФ.02	Иностранная культура и профессионализм		4					36	36	36	36			36	36	36				
+	СФ.03	Безопасность жизнедеятельности		6					68	68	68	68			68	68	68				
+	СФ.04	Физическая культура	3607	8					132	132	132	132			132	18	36	20	18	20	
+	СФ.05	Основы физической подготовки		8					67	67	67	67			67	32	32				
ОП. Общепрофессиональный цикл																					
+	ОП.01	Основы педагогики		4					1180	1180	1136	1118	8	36	862	198					
+	ОП.02	Основы психологии		3					67	67	68	66	4		72	72	72				
+	ОП.03	Основы обучения лиц с особыми образовательными потребностями		5					70	70	64	64	2	4	70		70				
+	ОП.04	Русский язык и культура профессионалов		7					36	36	36	36			36		36				
+	ОП.05	Воспитание, физическая и психическая подготовка		4					72	72	68	66	4		72	72	72				
+	ОП.06	Процесс реализации программы адаптивного физического воспитания и индивидуального плана физической реабилитации населения г. Москвы		8	62				68	68	68	68			36	52	24	22	42		
+	ОП.07	Информатика и информационные технологии в профессиональной деятельности		7	56				94	94	94	94			44	50		30	28	36	
+	ОП.08	Методические основы реализации программы адаптивного физического воспитания и индивидуального плана физической реабилитации населения г. Москвы		8					32	32	32	32			32		32				
+	ОП.09	Английский язык		3					72	72	68	68	4		72	72	72				
+	ОП.10	Гигиенические основы физической культуры и спорта		7					62	62	58	56	4		62	48	62				
+	ОП.11	Основы безопасности		8					72	72	68	62	4		54	18		72			
+	ОП.12	Выход в историю физической культуры и спорта		4					66	66	66	66			66	46	46				
+	ОП.13	Основы спортивной педагогики и организации деятельности в области адаптивной физической культуры и спорта		4					36	36	36	36			36	36	36				
+	ОП.14	Теория и организация адаптивной физической культуры		4					72	72	68	66	4		72	72	72				
+	ОП.15	Методические основы адаптивной физической культуры и спорта		4					54	54	54	54			36	18	54				
+	ОП.16	Физическое и психическое воспитание в спорте		7					168	168	168	164	4		168	36	48	40	44		
+	ОП.17	Организация деятельности инструктора при проведении мероприятий и участие в адаптивной физической культуре		8					42	42	42	42			42	42	42				
П. Профессиональный цикл																					
+	ПК.01	Организация и проведение физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья		4		3444	3	3444	510	510	504	498	6		468	42					
+	МЖ.01.01	Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья			4	3			62	62	62	62			62		36	26			
+	МЖ.01.02	Организация спортивно-массовых соревнований и мероприятий по включению в спортивную жизнь инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья			4				36	36	36	36			36		36				
+	МЖ.01.03	Учебная программа по должности инструктора по физической подготовке			4				36	36	34	34			34		34				
+	МЖ.01.04	Учебная программа по должности инструктора по физической подготовке			3				72	72	72	72			72	42	48				
+	УП1.01.01	Учебная программа по МЖ.01.01			34	144	144	144	144	144	144	144			144	72	72				
+	УП1.01.02	Учебная программа по МЖ.01.02			4	36	36	36	36	36	36	36			36		36				
+	УП1.01.03	Производственная программа			4	144	144	144	144	144	144	144			144		144				
+	УП1.01.03(К)	Задания по модулю			4	12	12	6	12	12	6	6			12		12				
+	ПК.02	Методические основы физической культуры и спортивной деятельности с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья		6		66	5	5666	476	476	470	464	6		372	104					
+	МЖ.02.01	Теоретические и прикладные аспекты методической и исследовательской работы в области адаптивной физической культуры и спорта			6	5			68	68	68	68			68		36	32			
+	МЖ.02.02	Учебная программа по МЖ.02.01			6				36	36	36	36			36		36				
+	УП1.02.01	Учебная программа по МЖ.02.01			56	380	380	380	380	380	380	380			380	108	72				
+	УП1.02.02	Учебная программа по МЖ.02.02			6	72	72	72	72	72	72	72			72	72	72				
+	УП1.02.03	Производственная программа			6	288	288	288	288	288	288	288			288		288				
+	УП1.02.03(К)	Задания по модулю			6	12	12	6	12	12	6	6			12		12				
+	ПК.03	Проведение групповых и индивидуальных занятий по программе адаптивного физического воспитания и индивидуального плана физической реабилитации, в том числе по индивидуальной программе		68		78	667	6667	1178	1178	1178	1162	1150	6	10	848	130				
+	МЖ.03.01	Теоретические основы планирования и проведения занятий по программе адаптивного физического воспитания и индивидуального плана физической реабилитации			8	62			116	116	110	110	6		116		32	36	48		
+	МЖ.03.02	Методические основы адаптивной физической культуры и спорта			7	6			66	66	66	66			66		32	34			
+	МЖ.03.03	Процесс адаптивной физической культуры и спорта			6				48	48	44	44			48		48				
+	УП1.03.01	Учебная программа по МЖ.03.01			67	144	144	144	144	144	144	144			144	72	72				
+	УП1.03.02	Учебная программа по МЖ.03.02			67	108	108	108	108	108	108	108			108	36	72				
+	УП1.03.03	Учебная программа по МЖ.03.03			6	36	36	36	36	36	36	36			36		36				
+	УП1.03.04	Производственная программа			67	668	668	668	668	668	668	668			668		108	180	360		
+	УП1.03.04(К)	Задания по модулю			6	12	12	6	12	12	6	6			12		12				
+	ПК.04	Выполнение работ по одной или нескольким рабочим профессиям, должностям, специальностям		3		3		33	300	300	294	288	6		3	300	300				
+	МЖ.04.01	Технология выполнения работ по должности инструктора по физической подготовке			3				36	36	36	36			36		36				
+	УП1.04.01	Учебная программа по должности инструктора по физической подготовке			3	108	108	108	108	108	108	108			108	108	108				
+	УП1.04.02	Производственная программа по должности инструктора по физической подготовке			3	144	144	144	144	144	144	144			144		144				
+	УП1.04.03(К)	Задания квалификационные			3	12	12	6	12	12	6	6			12		12				
+	ПК.05	Выполнение работ по одной или нескольким рабочим профессиям, должностям, специальностям		5		5		55	300	300	294	288	6	</							







Индекс	Наименование	Компетенции	Требования к образованию
03	СОЦИАЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ		
03.012	АССИСТЕНТ (ПОМОЩНИК) ПО ОКАЗАНИЮ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ИНВАЛИДАМ И ЛИЦАМ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	ОК 02.; ОК 03.; ОК 04.; ОК 05.; ОК 06.; ОК 07.; ПК 1.4.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ДПК 4.1.	
A	Деятельность по оказанию технической помощи инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья	ОК 02.; ОК 03.; ОК 04.; ОК 05.; ОК 06.; ОК 07.; ПК 1.4.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ДПК 4.1.	Среднее общее образование и краткосрочное обучение или инструктаж на рабочем месте или Профессиональное обучение - программы профессиональной подготовки по профессии рабочих, служащих "Ассистент по оказанию технической помощи инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья"
05	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ		
05.002	ТРЕНЕР ПО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И АДАПТИВНОМУ СПОРТУ	ОК 01.; ОК 02.; ОК 03.; ОК 04.; ОК 05.; ОК 06.; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ОК 07.; ОК 08.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ОК 09.; ПК 1.5.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ПК 3.5.; ДПК 4.1. ; ДПК 5.1.; ДПК 6.1.	
A	Руководство общей физической и специальной подготовкой занимающихся в процессе реабилитационных мероприятий	ОК 01.; ОК 02.; ОК 03.; ОК 04.; ОК 05.; ОК 06.; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ОК 07.; ОК 08.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ОК 09.; ПК 1.5.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ПК 3.5.; ДПК 4.1. ; ДПК 5.1.; ДПК 6.1.	Среднее профессиональное образование - программы подготовки специалистов среднего звена в области адаптивной физической культуры или адаптивного спорта или Среднее профессиональное образование (непрофильное) и дополнительное профессиональное образование в области адаптивной физической культуры или адаптивного спорта либо наличие квалификационной категории тренера <3> или тренера-преподавателя <4>
B	Организация тренировочного процесса занимающихся в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин)	ОК 01.; ОК 02.; ОК 03.; ОК 04.; ОК 05.; ОК 06.; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ОК 07.; ОК 08.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ОК 09.; ПК 1.5.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ПК 3.5.; ДПК 5.1.; ДПК 6.1.	Среднее профессиональное образование - программы подготовки специалистов среднего звена в области адаптивной физической культуры или адаптивного спорта или Среднее профессиональное образование (непрофильное) и дополнительное профессиональное образование по методике обучения адаптивной физической культуре по виду адаптивного спорта либо наличие квалификационной категории тренера или тренера-преподавателя
C	Управление тренировочным процессом занимающихся в группах тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин)	ОК 01.; ОК 02.; ОК 03.; ОК 04.; ОК 05.; ОК 06.; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ОК 07.; ОК 08.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ОК 09.; ПК 1.5.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ПК 3.5.; ДПК 5.1.; ДПК 6.1.	Среднее профессиональное образование - программы подготовки специалистов среднего звена в области адаптивной физической культуры или адаптивного спорта или Среднее профессиональное образование (непрофильное) и дополнительное профессиональное образование по методике обучения адаптивной физической культуре по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин) либо наличие квалификационной категории тренера или тренера-преподавателя
05.004	ИНСТРУКТОР-МЕТОДИСТ ПО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И АДАПТИВНОМУ СПОРТУ	ОК 01.; ОК 02.; ОК 03.; ОК 04.; ОК 05.; ОК 06.; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ОК 07.; ОК 08.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ОК 09.; ПК 1.5.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ПК 3.5.; ДПК 5.1.; ДПК 6.1.	
A	Организация групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья	ОК 01.; ОК 02.; ОК 03.; ОК 04.; ОК 05.; ОК 06.; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ОК 07.; ОК 08.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ОК 09.; ПК 1.5.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ПК 3.5.; ДПК 5.1.; ДПК 6.1.	Среднее профессиональное образование - программы подготовки специалистов среднего звена в области адаптивной физической культуры или адаптивного спорта или Среднее профессиональное образование (непрофильное) и дополнительное профессиональное образование в области адаптивной физической культуры или адаптивного спорта
B	Организационно-методическое обеспечение реабилитационной (восстановительной) деятельности с применением средств физической культуры, спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья	ОК 01.; ОК 02.; ОК 03.; ОК 04.; ОК 05.; ОК 06.; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ОК 07.; ОК 08.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ОК 09.; ПК 1.5.; ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 2.3.; ПК 2.4.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ПК 3.5.; ДПК 5.1.; ДПК 6.1.	Среднее профессиональное образование программы подготовки специалистов среднего звена в области адаптивной физической культуры или адаптивного спорта или Среднее профессиональное образование (непрофильное) и дополнительное профессиональное образование в области адаптивной физической культуры или адаптивного спорта по профилю деятельности

Вид	Наименование	Курс	Семестр
ЗаО	Комплексный зачет с оценкой	1	2
	<i>ДУП.03 Правовое обеспечение профессиональной деятельности</i>	1	2
	<i>ДУП.04 Система реализации программ адаптивного физического воспитания и индивидуальных планов физической реабилитации населения г. Москвы</i>	1	2

Вид	Наименование	Курс	Семестр
ЗаО	Комплексный зачет с оценкой	1	2
	<i>ОУП.05 История</i>	1	2
	<i>ОУП.06 Обществознание</i>	1	2

ПЕРЕЧЕНЬ ЛАБОРАТОРИЙ, КАБИНЕТОВ, МАСТЕРСКИХ И ДР.

№	Наименование
Кабинеты	
1	Социально-гуманитарных дисциплин
2	Иностранного языка
3	Безопасности жизнедеятельности
4	Математики
5	Информатики
6	Педагогики и психологии
7	Анатомии и физиологии и гигиены
8	Теории и истории физической культуры и спорта
9	Теории и организации адаптивной физической культуры и спорта
10	Медицинских основ адаптивной физической культуры и спорта
11	Методического обеспечения физкультурной и спортивной деятельности с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья
12	Методики проведение групповых и индивидуальных занятий по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации, в том числе по инклюзивной программе
13	Основы психологии
14	Технологии реабилитации
15	Проектно-исследовательской деятельности
Лаборатории	
1	Информационно-коммуникационных технологий в профессиональной деятельности
2	Физической и функциональной диагностики
Спортивный комплекс	
1	Спортивный зал (универсальный)
2	Плавательный бассейн
3	Тренажерный зал
4	
Залы	
1	Библиотека, читальный зал с выходом в интернет
2	Актовый зал

