Аннотации

к рабочим программам учебных дисциплин и профессиональных модулей

программы профессиональной подготовки профессионального обучения

по профессии 19601 Швея

 (адаптированная образовательная программа)

**А.01 ЗДОРОВЬЕ И ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА**

 **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью адаптированной образовательной программы профессионального обучения по профессии 19601 Швея.

 **1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Дисциплина Здоровье и окружающая среда является адаптационной дисциплиной и относится к адаптационному циклу.

 **1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Код ПК, ОК | Умения | Знания |
| ОК 01 | * определять меру ответственности за здоровье свое и окружающих людей;
* определять меру своей ответственности за чистоту окружающий среды;
* составлять рациональный распорядок труда и отдыха своей жизни для качественного освоения образовательной программы;
* составлять меню рационального питания;
* вести здоровый образ жизни.
 | * принципы здоровья и долголетия человека;
* проблемы совершенствования культуры человека
* меры защиты организма от влияния загрязненной окружающей среды;
* меры защиты окружающий среды от влияния промышленных предприятий
* значение воды, воздуха, растений в жизни человека.
 |

**1.4. Содержание дисциплины**

Тема 1. Факторы здоровья

Тема 2. Здоровье и наследственность

Тема 3. Среда жизнедеятельности человека

Тема 4. Загрязнения окружающей среды

Тема 5. Здоровый образ жизни

Тема 6. Особенности профессиональной деятельности

**А.02 СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ И ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВЫХ ЗНАНИЙ**

 **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью адаптированной образовательной программы профессионального обучения по профессии 19601 Швея.

 **1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Дисциплина Социальная адаптация и основы социально-правовых знаний является адаптационной дисциплиной и относится к адаптационному циклу.

 **1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Код ПК, ОК | Умения | Знания |
| ОК 02, ОК 03, ОК 04ОК 06 | - использовать свои права адекватно законодательству; - анализировать и осознанно применять нормы закона с точки зрения конкретных условий их реализации; - составлять необходимые заявительные документы;- использовать нормы позитивного социального поведения;- составлять резюме,- осуществлять самопрезентацию при трудоустройстве;- использовать приобретенные знания и умения в различных жизненных и профессиональных ситуациях. | - основополагающие международные документы, относящиеся к правам инвалидов; - основы гражданского и семейного законодательства; - основы трудового законодательства, основы регулирования труда инвалидов; - основные правовые гарантии инвалидам в области социальной защиты и образования; - функции органов труда и занятости населения;- приемы психологической защиты личности от негативных, травмирующих переживаний, способы адаптации; - механизмы социальной адаптации. |

**1.4. Содержание дисциплины**

Тема 1. Понятие социальной адаптации, ее этапы, механизмы, условия

Тема 2. Гражданский Кодекс Российской Федерации в части статей о гражданских правах инвалидов

Тема 3. Трудовой Кодекс Российской Федерации в части статей о трудовых правах инвалидов

Тема 4. Семейный Кодекс Российской Федерации в части статей о семейных правах инвалидов.

Тема 5. Социальная защита. Социальное обслуживание

Тема 6. Медико-социальная экспертиза

Тема 7. Реабилитация инвалидов

Тема 8. Трудоустройство инвалидов.

Тема 9. Социальная польза труда

Тема 10. Резервы адаптивных ресурсов человека

**А.03 АДАПТИВНЫЕ ИНФОРМАЦИОННЫЕ И КОММУНИКАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

 **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью адаптированной образовательной программы профессионального обучения по профессии 19601 Швея.

 **1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Дисциплина Адаптивные информационные и коммуникационные технологии является адаптационной дисциплиной и относится к адаптационному циклу.

 **1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Код ПК, ОК | Умения | Знания |
|  ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06  | - работать с программными средствами универсального назначения, соответствующими современным требованиям для решения учебных задач- иллюстрировать учебные работы с использованием средств информационных технологий;- использовать альтернативные средства коммуникации в учебной и будущей профессиональной деятельности;- использовать специальные информационные и коммуникационные технологии в индивидуальной и коллективной учебной и будущей профессиональной деятельности;- использовать приобретенные знания и умения в учебной и будущей профессиональной деятельности для эффективной организации индивидуального информационного пространства. | - основы современных информационных технологий переработки и преобразования текстовой, табличной, графической и другой информации- приемы поиска информации и преобразования ее в формат, наиболее подходящий для восприятия с учетом ограничений здоровья- правила безопасности и этики в работе с информацией. |

**1.4. Содержание дисциплины**

Раздел I. Основы современных информационных технологий

Раздел II. Современные коммуникационные технологии

**А.04 АДАПТАЦИЯ НА РЫНКЕ ТРУДА**

 **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью адаптированной образовательной программы профессионального обучения по профессии 19601 Швея.

 **1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Дисциплина Здоровье и окружающая среда является адаптационной дисциплиной и относится к адаптационному циклу.

 **1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Код ПК, ОК | Умения | Знания |
| ОК 01ОК 02ОК 04 |  - давать аргументированную оценку степени востребованности специальности на рынке труда; -аргументировать целесообразность использования элементов инфраструктуры для поиска работы; - задавать критерии для сравнительного анализа информации для принятия решения о поступлении на работу; - составлять структуру заметок для фиксации взаимодействия с потенциальным работодателем; - составлять резюме с учетом специфики работодателя; - применять основные правила ведения диалога с работодателем в модельных условиях;  - корректно отвечать на «неудобные вопросы» потенциального работодателя; - оперировать понятиями «горизонтальная карьера» и «вертикальная карьера»;  - объяснять причины, побуждающие работника к построению карьеры; - анализировать (формулировать) запрос на внутренние ресурсы для профессионального роста в заданном (определенном) направлении; - давать оценку в соответствии с трудовым законодательством законности действий работодателя и работника в произвольно заданной ситуации, пользуясь Трудовым кодексом РФ и нормативными правовыми актами. |  - источники информации и их особенности; - как происходят процессы получения, преобразования и передачи информации; - возможные ошибки при сборе информации и способы их минимизации; - обобщенный алгоритм решения различных проблем; - как происходит процесс доказательства; - выбор оптимальных способов решения проблем, имеющих различные варианты разрешения; - способы представления практических результатов. |

**1.4. Содержание дисциплины**

Раздел 1. Особенности современного рынка труда

Раздел 2. Становление профессиональной карьеры человека. Адаптация на рынке труда

Раздел 3. Определение индивидуальной стратегии определения на рынке труда

**ОП.01 ОСНОВЫ МАТЕРИАЛОВЕДЕНИЯ**

 **1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью адаптированной образовательной программы профессионального обучения по профессии 19601 Швея.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

 Основы материаловедения является дисциплиной общепрофессионального цикла.

 **1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Код ПК, ОК | Умения | Знания |
| ОК 01-06ПК 1.2ПК 2.1-2.3ПК 3.1-3.3 | - подбирать материалы по их назначению и условиям эксплуатации для выполнения работ;- применять материалы при выполнении работ  | - общую классификацию материалов, характерные свойства и области их применения;- общие сведения о строении материалов;- общие сведения, назначение, виды и свойства различных текстильных материалов  |

**1.4. Содержание дисциплины:**

Тема 1. Волокнистые материалы

Тема 2. Технология получения ткани

Тема 3. Отделка тканей

Тема 4. Ткацкие переплетения

Тема 5. Свойства тканей

Тема 6. Ассортимент тканей

Тема 7. Соединительные материалы

Тема 8. Прикладные материалы

**ОП.02 ОСНОВЫ КОНСТРУИРОВАНИЯ**

 **1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью адаптированной образовательной программы профессионального обучения по профессии 19601 Швея.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

 Основы конструирования является дисциплиной общепрофессионального цикла.

 **1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Код ПК, ОК | Умения | Знания |
| ОК 01ОК 02ОК 03 ОК 04 ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 | - определять типы телосложения;- снимать мерки;- распределять прибавки при разработке конструкции изделия по участкам;- определять баланс изделия;- строить базовую конструкцию изделия;- производить необходимые расчеты;- проектировать отдельные детали изделия;- строить основу рукава;- делать расчет и построения воротников;- строить чертежи основ поясных изделий (юбок, брюк);- моделировать (изменять, переносить конструктивные линии) изделия. | - размерные признаки для проектирования одежды;- методы измерения фигуры человека;- конструктивные признаки, баланс изделия;- методы построения чертежа основы изделия;- принципы конструирования деталей на базовой основе;- принципы конструирования разных силуэтных форм изделия;- принципы конструирования основы рукава;- принципы конструирования воротников;- принципы конструирования юбок;- принципы конструирования брюк;- общие сведения о моделировании одежды. |

**1.4. Содержание дисциплины:**

Раздел 1. Конструкция одежды и физические данные женских фигур

Раздел 2. Исходные данные для конструирования одежды.

Раздел 3. Конструирование поясных изделий.

Раздел 4. Конструирование плечевых изделий с покроем втачного рукава.

Раздел 5. Основы моделирования одежды.

**ОП.02 ОСНОВЫ ХУДОЖЕСТВЕННОГО ПРОЕКТИРОВАНИЯ**

 **1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью адаптированной образовательной программы профессионального обучения по профессии 19601 Швея.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

 Основы художественного проектирования является дисциплиной общепрофессионального цикла.

 **1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Код ПК, ОК | Умения | Знания |
| ОК 01ОК 02ОК 03ОК 04ОК 05ОК 06ПК 1.1ПК 1.2ПК 1.3ПК 1.4ПК 1.5ПК 2.1ПК 2.2ПК 2.3 | - использовать геометрические построения в создании композиционных мотивов рисунка;- использовать зрительные иллюзии в проектировании изделий одежды;- гармонично сочетать цвета;- уметь строить отдельные детали одежды с использованием приемов геометрического черчения;- строить фигуры по схеме;- строить силуэтные формы костюма. | - геометрические композиции в одежде;- орнаментальные композиции ткани;- цвет в художественном проектировании;- вычерчивание деталей одежды;- построение фигуры по схемам;- детали одежды в художественном проектировании изделий;- силуэтные формы костюма. |

**1.4. Содержание дисциплины:**

Раздел 1. Специальное рисование

Раздел 2. Композиция костюма

**ОП.04 ОСНОВЫ ДЕЛОВОЙ КУЛЬТУРЫ**

 **1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью адаптированной образовательной программы профессионального обучения по профессии 19601 Швея.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

 Основы деловой культуры является дисциплиной общепрофессионального цикла.

 **1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Код ПК, ОК | Умения | Знания |
| ОК 01 | осуществлять профессиональное общение с соблюдением норм и правил делового этикета | правила делового общения |
| ОК 02 | - пользоваться простыми приемами саморегуляции поведения в процессе межличностного общения;- передавать информацию устно и письменно с соблюдением требований культуры речи. | - этические нормы взаимоотношений с коллегами, партнерам, клиентами;- основные техники и приемы общения: правила слушания, ведения беседы, убеждения, консультирования;- формы обращения, изложения просьб, выражение признательности, способы аргументации в производственных ситуациях. |
| ОК 03 | - поддерживать деловую репутацию;- создавать и соблюдать имидж делового человека;. | - основные техники и приемы общения: правила слушания, ведения беседы, убеждения, консультирования;- формы обращения, изложения просьб, выражение признательности, способы аргументации в производственных ситуациях;- составляющие внешнего облика делового человека: костюм, прическа, макияж, аксессуары и др. |
| ОК 04 | - пользоваться простыми приемами саморегуляции поведения в процессе межличностного общения;- передавать информацию устно и письменно с соблюдением требований культуры речи. | - правила делового общения;- этические нормы взаимоотношений с коллегами, партнерам, клиентами. |
| ОК 05 | передавать информацию устно и письменно с соблюдением требований культуры речи | правила делового общения |
| 0К 06 | - осуществлять профессиональное общение с соблюдением норм и правил делового этикета;- пользоваться простыми приемами саморегуляции поведения в процессе межличностного общения;- передавать информацию устно и письменно с соблюдением требований культуры речи. | формы обращения, изложения просьб, выражение признательности, способы аргументации в производственных ситуациях |
| ОК 07 | организовывать рабочее место | правила организации рабочего пространства для индивидуальной работы и профессионального общения. |
| ПК 1.1 | принимать решения и аргументировано отстаивать свою точку зрения в корректной форме | - основные техники и приемы общения: правила слушания, ведения беседы, убеждения, консультирования;- формы обращения, изложения просьб, выражение признательности, способы аргументации в производственных ситуациях. |
| ПК 1.2 | принимать решения и аргументировано отстаивать свою точку зрения в корректной форме | этические нормы взаимоотношений с коллегами, партнерам, клиентами |
| ПК 1.3 | организовывать рабочее место | правила организации рабочего пространства для индивидуальной работы и профессионального общения |
| ПК 1.4 | - пользоваться простыми приемами саморегуляции поведения в процессе межличностного общения;- передавать информацию устно и письменно с соблюдением требований культуры речи;- принимать решения и аргументировано отстаивать свою точку зрения в корректной форме. | - этические нормы взаимоотношений с коллегами, партнерам, клиентами;- основные техники и приемы общения: правила слушания, ведения беседы, убеждения, консультирования;- формы обращения, изложения просьб, выражение признательности, способы аргументации в производственных ситуациях. |
| ПК 1.5 | организовывать рабочее место | правила организации рабочего пространства для индивидуальной работы и профессионального общения |
| ПК 2.1 | организовывать рабочее место | правила организации рабочего пространства для индивидуальной работы и профессионального общения |
| ПК 2.2 | принимать решения и аргументировано отстаивать свою точку зрения в корректной форме | правила организации рабочего пространства для индивидуальной работы и профессионального общения |
| ПК 2.3 | организовывать рабочее место | правила организации рабочего пространства для индивидуальной работы и профессионального общения |

**1.4. Содержание дисциплины:**

Раздел 1. Этика и культура поведения

Раздел 2. Психология делового общения

Раздел 3. Проявление индивидуальных особенностей личности в деловом общении

Раздел 4. Конфликты в деловом общении

**ОП.04 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

 **1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью адаптированной образовательной программы профессионального обучения по профессии 19601 Швея.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

 Безопасность жизнедеятельности является дисциплиной общепрофессионального цикла.

 **1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Код ПК, ОК | Умения | Знания |
| ПК 1.1 -2.3ОК 01 - 07 | - организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;- применять первичные средства пожаротушения;- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной профессии;- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;* оказывать первую помощь пострадавшим
 | - принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайныхситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности ихреализации;- основы военной службы и обороны государства;- задачи и основные мероприятия гражданской обороны; - способы защиты населения от оружия массового поражения;- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные профессиям СПО;- область применения получаемых профессиональных знаний при исполненииобязанностей военной службы;- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим. |

**1.4. Содержание дисциплины:**

Раздел 1. Обеспечение безопасности жизнедеятельности

Раздел 2. Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях

Раздел 3. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья.

**ПМ.01 ПОШИВ ШВЕЙНЫХ ИЗДЕЛИЙ**

 **1.1 Область применения программы:**

 Программа профессионального модуля (далее программа ПМ) является частью адаптированной образовательной программы профессионального обучения по профессии 19601 Швея.

 **1.2. Цели и задачи профессионального модуля – требования к результатам освоения профессионального модуля**

 С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями студент в ходе освоения профессионального модуля должен:

|  |  |
| --- | --- |
| Иметь практический опыт: | изготовления швейных изделий;работы с эскизами;распознавания составных частей деталей изделий одежды и их конструкций;определения свойств применяемых материалов;работы на различном швейном оборудовании с применением средств малой механизации; поиска оптимальных способов обработки швейных изделий различных ассортиментных групп;выполнение влажно-тепловых работ;поиска информации нормативных документов; |
| Уметь: | сопоставлять наличие количества деталей кроя с эскизом;визуально определять правильность выкраивания деталей кроя;по эскизу определять правильность выкраивания формы деталей;определять волокнистый состав ткани и распознавать текстильные пороки;давать характеристику тканям по технологическим, механическим и гигиеническим свойствам;заправлять, налаживать и проводить мелкий ремонт швейного оборудования;пользоваться оборудованием для выполнения влажно-тепловых работ;соблюдать требования безопасного труда на рабочих местах и правила пожарной безопасности в мастерских;работать на современном оборудовании с применением средств малой механизации;выбирать технологическую последовательность обработки швейного изделия в соответствие с изготавливаемой моделью по разделению труда или индивидуально;применять современные методы обработки швейных изделий;читать технический рисунок;выполнять операции влажно-тепловой обработки (ВТО) в соответствии с нормативными требованиями;пользоваться инструкционно - технологическими картами;пользоваться техническими условиями (ТУ), отраслевыми стандартами (ОСТ), Государственными стандартами (ГОСТ); |
| Знать: | форму деталей кроя;названия деталей кроя;определение долевой и уточной нити; волокнистый состав, свойства и качество текстильных материалов;физико-механические и гигиенические свойства тканей;современные материалы и фурнитуру;заправку универсального и специального оборудования;причины возникновения неполадок и их устранение;регулировку натяжения верхней и нижней нитей;оборудование для влажно-тепловых работ и способы ухода за ним;правила безопасности труда при выполнении различных видов работ и пожарной безопасности;современное (новейшее) оборудование;технологический процесс изготовления изделий;виды технологической обработки изделий одежды;ВТО деталей одежды различных ассортиментных групп;современные технологии обработки швейных изделий;технические требования к выполнению операций влажно-тепловых работ;технологические режимы влажно-тепловых работ деталей одежды различных ассортиментных групп;действующие стандарты и технические условия на швейные изделия; |

Результатом освоения программы профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности Пошив швейных изделий, в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями: ПК 1.1-1.6, ОК 01-07

**1.3. Содержание дисциплины**

Раздел 1. Выполнение работ, применяемых при изготовлении одежды

Раздел 2. Выполнение работ по технологической обработке деталей и узлов швейных изделий

Раздел 3. Выполнение работ по технологической обработке швейных изделий различного ассортимента

Раздел 4. Обслуживание швейного оборудования и оборудования для влажно-тепловых работ в индивидуальном производстве

**ПМ.02 ДЕФЕКТАЦИЯ ШВЕЙНЫХ ИЗДЕЛИЙ**

 **1.1 Область применения программы:**

 Программа профессионального модуля (далее программа ПМ) является частью адаптированной образовательной программы профессионального обучения по профессии 19601 Швея.

 **1.2. Цели и задачи профессионального модуля – требования к результатам освоения профессионального модуля**

 С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями студент в ходе освоения профессионального модуля должен:

|  |  |
| --- | --- |
| Иметь практический опыт: | проверки качества узлов и готовых швейных изделий различных ассортиментных групп;анализа правильности выполняемых работ по изготовлению узлов и швейных изделий с учетом свойств тканей, из которых они изготавливаются;устранения дефектов. |
| Уметь: |  пользоваться нормативно - технологической документацией;  распознавать дефекты и выявлять причины их возникновения; подбирать рациональные методы обработки в соответствии с изготавливаемыми изделиями. |
| Знать: | формы и методы контроля качества продукции; перечень возможных дефектов (технологические, конструктивные и текстильные); причины возникновения дефектов обработки изделий различных ассортиментных групп;способы устранения дефектов. |

Результатом освоения программы профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности Дефектация швейных изделий, в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями: ПК 2.1-2.3, ОК 01-07

**1.3. Содержание дисциплины**

|  |
| --- |
| Раздел 1. Осуществление мероприятий по контролю качества при изготовлении швейных изделий  |

 Раздел 2. Дефекты и их устранение

**ПМ.03 РЕМОНТ И ОБНОВЛЕНИЕ ШВЕЙНЫХ ИЗДЕЛИЙ**

 **1.1 Область применения программы:**

 Программа профессионального модуля (далее программа ПМ) является частью адаптированной образовательной программы профессионального обучения по профессии 19601 Швея.

 **1.2. Цели и задачи профессионального модуля – требования к результатам освоения профессионального модуля**

 С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями студент в ходе освоения профессионального модуля должен:

|  |  |
| --- | --- |
| Иметь практический опыт: | определения вида ремонта; подбора материалов и фурнитуры; выбора способа ремонта.  |
| Уметь: | подготавливать изделия различных ассортиментных групп к различным видам ремонта;подбирать материалы, сочетающиеся по фактуре; подбирать фурнитуру по назначению; перекраивать детали, укорачивать и удлинять изделия; выполнять художественную штопку, штуковку и установку заплат. |
| Знать: | методы обновления одежды ассортиментных групп; декоративные решения в одежде; использование вспомогательных материалов; машинный, ручной и клеевой способ установки заплат; методы выполнения художественной штопки и штуковки.  |

Результатом освоения программы профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности Ремонт и обновление швейных изделий, в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями: ПК 3.1-3.3, ОК 01-07

**1.3. Содержание дисциплины**

|  |
| --- |
| Ремонт и обновление швейных изделий  |

**ФК. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

 **1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью адаптированной образовательной программы профессионального обучения по профессии 19601 Швея.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

 Дисциплина Физическая культура является частью адаптированной образовательной программы.

 **1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Код ПК, ОК | Умения | Знания |
| ОК 02ОК 03ОК 06 | • использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;• выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики; • выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; • проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями;• 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. • определить индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями.• составить и провести индивидуальные занятия двигательной активности; | • роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;• основы здорового образа жизни;•влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний, вредных привычек и увеличение продолжительности жизни; • способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности; • правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности;• состояние своего здоровья, основные принципы, методы и факторы ее регуляции |

**1.4. Содержание дисциплины:**

Теоретическая часть

Тема 1. Введение

Тема 2. Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья.

Тема 3. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Тема 4. Самоконтроль обучающихся при выполнении физических упражнений и занятий спортом. Контроль уровня совершенствования профессионально важных психофизиологических качеств.

Тема 5. Психофизиологические основы учебного и производственного труда. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.

Тема 6. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста.

Практическая часть

Тема 1. Легкая атлетика.

Тема 2. Лыжная подготовка.

Тема 3. Гимнастика.

Тема 4. Спортивные игры.

Тема 4.1. Волейбол.

Тема 4.2. Футбол (для юношей).

Тема 5. Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах.

.