

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра спортивной медицины**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.34 «Основы антидопингового обеспечения»**

Направление подготовки/специальность: **«49.03.02 Физическая  
культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(адаптивная физическая культура)»**

Направленность (профиль): **Лечебная физическая культура  
Физическая реабилитация  
Адаптивное физическое воспитание**

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: очная и заочная

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Спортивной медицины  
Протокол № 16 от «16» мая 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Протокол №\_\_ от «\_\_»\_\_\_\_\_20\_\_г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Протокол №\_\_ от «\_\_»\_\_\_\_\_20\_\_г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Протокол №\_\_ от «\_\_»\_\_\_\_\_20\_\_г.

**Составитель:** Мирошников Александр Борисович – кандидат биологических наук, доцент кафедры спортивной медицины.

**Рецензент:**

### **1. Цель освоения дисциплины (модуля) Б1.О.34**

Целью освоения дисциплины (модуля) «Основы антидопингового обеспечения» являются: ознакомление студентов с основами антидопингового обеспечения; современными методами исследования, применяемыми в антидопинговом контроле; освоение знаний по действию допинга на организм спортсмена; обучение студентов комплексу теоретических знаний в области антидопингового обеспечения и методов использования разрешенных препаратов в спортивной деятельности.

Данная программа реализуется на русском языке.

### **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП) Б1.О.34**

Дисциплина «Основы антидопингового обеспечения» относится к обязательной части учебного плана по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

Данная дисциплина относится к медицинским знаниям, необходимым для осуществления деятельности выпускниками РГУФКСМиТ по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

С помощью знаний, полученных в данном курсе, бакалавры смогут оценивать возможность использовать фармакологические препараты в спорте, не входя в конфликт с антидопинговым законодательством, что позволит им полноценно применять полученные знания в своей профессиональной деятельности. Для лучшего освоения модуля необходимо обладать знаниями по биологии и физиологии.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции / код индикатора(ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная/заочная форма обучения
<b>ОПК-11</b>	<i>Способен проводить работу по предотвращению применения допинга в адаптивном спорте.</i>	<b>7/9</b>
<b>ОПК-11.1.</b>	<i>Знать: - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий</i>	<b>7/9</b>
<b>ОПК-11.2.</b>	<i>Уметь: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдолимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным</i>	<b>7/9</b>



	<p>антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</p>	
<p>ОПК-11.3.</p>	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выбором формы и способом проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия;</li> <li>- проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц;</li> <li>- изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте;</li> <li>- изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте;</li> <li>- внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте;</li> <li>- выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ;</li> <li>- анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам;</li> <li>- разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе, размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций;</li> <li>- осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.</li> </ul>	<p>7/9</p>

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

#### очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционно-го типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Проблемы, связанные с использованием допинга в паралимпийском спорте.	7	2		6		
2	Список запрещенных веществ и методов.	7		2	8		
	Список запрещенных веществ и методов в соревновательный период	7					
	Вещества и методы, запрещенные вне соревнований	7					
3.	Антидопинговый контроль как система биохимико-правовых мероприятий	7	2		4		
4.	Соревновательный и внесоревновательный антидопинговый контроль	7	2	2	3		
5.	Антидопинговые лаборатории Процедура забора и транспортировки биопроб.	7		2	3		
6.	Санкции. Профилактика применения допинга в спорте	7		2	4		
7.	Общий механизм действия допинга	7	2	2	8		
8.	Основные виды осложнений после длительного применения спортсменами-инвалидами анаболических стероидов	7		2	4		
9.	Разрешение на терапевтическое применение субстанций, используемых в качестве допинга	7	2	2	4		
10	Список разрешенных препаратов. Допинг-лист ВАДА. Структура допинг-листа ВАДА	7			4		
							<b>зачет</b>
<b>Итого часов 72</b>			<b>10</b>	<b>14</b>	<b>48</b>		

**Заочная форма обучения  
(профили Адаптивное физическое воспитание, Физическая реабилитация)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционно-го типа	Занятия семинарско-го типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Проблемы, связанные с использованием допинга в паралимпийском спорте.	9	2		6		
2	Список запрещенных веществ и методов.	9		2	7		
	Список запрещенных веществ и методов в соревновательный период	9					
	Вещества и методы, запрещенные вне соревнований	9			4		
3.	Антидопинговый контроль как система биохимико-правовых мероприятий	9			6		
4.	Соревновательный и внесоревновательный антидопинговый контроль	9			6		
5.	Антидопинговые лаборатории Процедура забора и транспортировки биопроб.	9			6		
6.	Санкции. Профилактика применения допинга в спорте	9			6		
7.	Общий механизм действия допинга	9		2	7		
8.	Основные виды осложнений после длительного применения спортсменами-инвалидами анаболических стероидов	9			6		
9.	Разрешение на терапевтическое применение субстанций, используемых в качестве допинга	9			6		
10	Список разрешенных препаратов. Допинг-лист ВАДА. Структура допинг-листа ВАДА	9			6		
							<b>зачет</b>
<b>Итого часов 72</b>			<b>2</b>	<b>4</b>	<b>66</b>		

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Примерный перечень вопросов к зачету**

1. Каковы проблемы использования допинга в паралимпийском спорте?
2. Какие вещества и методы, запрещенные вне соревнований, могут быть использованы в качестве допинга?
3. Какова история использования допинга в паралимпийском спорте?
4. Как проводится соревновательный и внесоревновательный антидопинговый контроль?
5. Какие особенности имеют антидопинговые лаборатории?
6. Как можно познакомиться со списком запрещенных веществ и методов?
7. Каковы причины, вызывающие стремление использовать допинг?
8. Каков общий механизм действия допинга?
9. Какие вещества запрещены в отдельных видах паралимпийского спорта?
10. Как проводится выбор спортсмена для допинг-контроля, забор биоматериалов, транспортировка проб, оформление протокольных документов? (Наиболее частые ошибки)
11. Как получить разрешение спортсмену инвалиду на терапевтическое применение субстанций, используемых в качестве допинга?
12. Что означает «Антидопинговый контроль как система биохимико-правовых мероприятий»?
13. Какова процедура забора и транспортировки биопроб?
14. Как должна проводиться профилактика применения допинга в паралимпийском спорте?

15. Каковы основные виды осложнений после длительного применения спортсменами анаболических стероидов?
16. Как проводится внесоревновательный антидопинговый контроль?
17. Понятие допинга, опасность его употребления спортсменами.
18. Медицинский кодекс МОК. Основные положения Кодекса
19. Ответственность лиц и спортсменов по отношению к Медицинскому кодексу МОК, санкции за употребление допинга.
20. Запрещенные классы веществ.
21. Запрещенные методы.
22. Классы веществ, применяемые с определенными ограничениями.
23. Способы сокрытия допинга. Перечень лекарственных препаратов, на применение которых требуется письменное разрешение от врача.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а) основная литература:**

1. Спортивная медицина: учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению "Физ. культуры»: Рек. Умс ИТРРиФ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / под ред. А.В. Смоленского. - М.: Academia, 2015. - 319 с.: табл.
2. Федотова В.Г. Допинг и противодействие его применению в спорте: учеб.-метод. пособие / В.Г. Федотова, Е.В. Федотова; Моск. гос. акад. физ. культуры. - Малаховка.: [МГАФК], 2010. - 172 с.: ил.

### **б) дополнительная литература:**

1. Бадрак К.А. Допинг в спорте как проблема нравственности / К.А. Бадрак // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2010. - N 1. - С. 70-72.

2. Бадрак К.А. Теоретические и практические подходы в области противодействия допингу в спорте / Бадрак К.А., Калишевич С.Ю., Гончаров О.В. // Адаптивная физическая культура. - 2013. - N 1 (53). - С. 19-22.
3. Бадрак К.А. Проблема антидопингового образования в молодежной среде / К.А. Бадрак // Вестн. спортив. науки. - 2010. - N 1. - С. 55-57.
4. Барабанова В. Б. Допинг в спорте как социальная проблема //Международный журнал экспериментального образования. – 2010. – №. 11. – С. 176-178.
5. Внимание: допинг! Это важно знать каждому спортсмену: справ. пособие / [Департамент физ. культуры и спорта г. Москвы], [Центр инновац. спортив. технологий Москомспорта]. - М., 2007. - 128 с.: табл.
6. Грецов А.Г. Методика профилактики допинга среди молодых спортсменов / Грецов А.Г. // Адаптивная физическая культура. - 2011. - N 2 (46). - С. 16-18.
7. Допинг в спорте: риски, противодействие, профилактика, общерос. науч.-практ. конф. (2013; Москва). 3 Общероссийская научно-практическая конференция "Допинг в спорте: риски, противодействие, профилактика»: итоговый сб. материалов / [М-во спорта РФ, РУСАДА, Лига здоровья нации]. - М., 2013. - 99 с.: ил.
8. Журавлева А.И. Антидопинговый контроль в спорте / А.И. Журавлева // Лечеб. физкультура и спортив. медицина. - 2013. - N 11. - С. 11-19.
9. Журавлева А.И. Антидопинговый контроль в спорте / А.И. Журавлева // Лечеб. физкультура и спортив. медицина. - 2014. - N 2. - С. 4-10.
10. Запрещенный список - 2015: Всемир. антидопинговый кодекс: междунар. стандарт / Рос. антидопинговое агентство "РУСАДА". - [Б. м.: б. и., 2015]. - 15 с.
11. Каменков В.С. Право о допинге в спорте / Каменков Виктор Сергеевич // Спорт: экономика, право, управление. - 2014. - N 1. - С. 20-24.
12. Михайлова Т.В. Допинг в спорте как социальная проблема / Т.В. Михайлова // Теория и практика физ. культуры: тренер: журнал в журнале. - 2009. - N 7. - С. 66-72.

13. Общероссийские антидопинговые правила: утв. приказом Минспора России от 2 окт. 2012 г. N 267 // Сборник официальных документов и материалов. - 2012. - N 11. - С. 28-73.

14. Процедура допинг-контроля: права и обязанности спортсменов // Вестн. Федер. агентства по физ. культуре и спорту. - 2006. - N 2. - С. 123-128.

15. Современные аспекты допинг-контроля / Л.В. Остапенко [и др.] // Физкультура в профилактике, лечении и реабилитации. - 2009. - N 2. - С. 21-24.

16. Современные подходы к профилактике допинга в спорте / Шелков О.М. [и др.] // Адаптивная физическая культура. - 2014. - N 3 (59). - С. 6-7.

17. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : [учебник] / С.П. Евсеев .— 2-е изд., стер. — Москва : Спорт, 2020 .— 617 с. — (Адаптивная физическая культура и спорт) <https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=734822>

18. Смоленский, А.В. Основы антидопингового обеспечения : учеб.-метод. пособие / А.В. Тарасов; А.В. Смоленский .— Москва : Колос-с, 2018 .— 89 с. — (Учебники и учебные пособия для студентов высших учебных заведений) . <https://lib.rucont.ru/efd/664331>

19. Основы антидопингового обеспечения спорта : учеб.-метод. пособие / Н.И. Федорова, Е.В. Антропова, А.А. Шляхтина .— Москва : Советский спорт, 2023 .— 111 с. <https://lib.rucont.ru/efd/822380>

20. Основы антидопингового обеспечения спорта : учеб. пособие / ред.: Э.Н. Безуглов, Е.Е. Ачкасов .— Москва : Спорт : Человек, 2019 .— 288 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/efd/696832>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.edu.ru/> – «Российское образование» – федеральный портал.
2. <http://минобрнауки.рф/> – сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.
3. <http://minstm.gov.ru/> – сайт Министерства спорта Российской Федерации.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

*–программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office 2016.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web (или аналог).
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

*–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС <https://lib.rucont.ru/>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>
- Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>
- Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
- Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
- Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА <http://rusada.ru/>
- Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.



3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Основы антидопингового обеспечения» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 4/5 курса, направления подготовки/ специальности «49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» направленности (профилю): Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация, Адаптивное физическое воспитание очной и заочной форм обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: спортивной медицины

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр-очная, 9 – на заочной форме обучения

Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

#### Очная форма

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу (модулю) «Проблемы, связанные с использованием допинга в паралимпийском спорте»</i>	3	10
2	<i>Выступление на семинаре «Фармакологические средства, способные повышать физическую работоспособность»</i>	5	15
3	<i>Написание реферата по теме «Список запрещенных веществ и методов в соревновательный период»</i>	8	15
4	<i>Презентация по теме «Вещества, запрещенные в отдельных видах спорта»</i>	10	15
5	<i>Презентация по теме «Общий механизм действия допинга»</i>	17	15
6	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	10
7	<i>зачет</i>		20
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу (модулю), пропущенному студентом</i>	5
2	<i>Подготовка доклада по теме, пропущенной студентом</i>	15
3	<i>Дополнительное тестирование по теме/модулю (указать название)</i>	10
4	<i>Написание реферата по теме, пропущенной студентом</i>	10
5	<i>Презентация по теме, пропущенной студентом</i>	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра Спортивной медицины**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.34 «Основы антидопингового обеспечения»**

**Направление подготовки/специальность: «49.03.02 Физическая  
культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(адаптивная физическая культура)»**

**Направленность (профиль): Лечебная физическая культура  
Физическая реабилитация  
Адаптивное физическое воспитание**

*Уровень образования: бакалавриат*

*Форма обучения: очная и заочная*

*Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.*

Москва – 2018 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

**2.Семестр освоения дисциплины (модуля):** 7 семестр - очная, 9 – заочная форма обучения

**3.Цель освоения дисциплины (модуля).**

Целью освоения дисциплины (модуля) «Основы антидопингового обеспечения» являются: ознакомление студентов с основами антидопингового обеспечения; современными методами исследования, применяемыми в антидопинговом контроле; освоение знаний по действию допинга на организм спортсмена; обучение студентов комплексу теоретических знаний в области антидопингового обеспечения и методов использования разрешенных препаратов в спортивной деятельности.

Данная программа реализуется на русском языке.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора(ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная/заочная форма обучения
<b>ОПК-11</b>	<i>Способен проводить работу по предотвращению применения допинга в адаптивном спорте.</i>	<b>7/9</b>
<b>ОПК-11.1.</b>	<i>Знать: - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ</i>	<b>7/9</b>

	<p><i>информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий</i></p>	
ОПК-11.2.	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ;</li> <li>- осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории;</li> <li>- планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению;</li> <li>- выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдолимпийском спорте;</li> <li>- выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам;</li> <li>- представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам;</li> <li>- изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ;</li> <li>- оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга;</li> <li>- изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ;</li> <li>- разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</li> </ul>	7/9
ОПК-11.3.	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выбором формы и способом проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия;</li> <li>- проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц;</li> <li>- изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам</li> </ul>	7/9

	<p><i>противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе, размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций; - осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.</i></p>	
--	--	--

**5. Краткое содержание дисциплины (модуля):  
очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционно-го типа	Занятия семинарско-го типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Проблемы, связанные с использованием допинга в паралимпийском спорте.	7	2		6		
2	Список запрещенных веществ и методов.	7		2	8		
	Список запрещенных веществ и методов в соревновательный период	7					
	Вещества и методы, запрещенные вне соревнований	7					
3.	Антидопинговый контроль как система биохимико-правовых мероприятий	7	2		4		
4.	Соревновательный и внесоревновательный антидопинговый	7	2	2	3		

	контроль						
5.	Антидопинговые лаборатории Процедура забора и транспортировки биопроб.	7		2	3		
6.	Санкции. Профилактика применения допинга в спорте	7		2	4		
7.	Общий механизм действия допинга	7	2	2	8		
8.	Основные виды осложнений после длительного применения спортсменами-инвалидами анаболических стероидов	7		2	4		
9.	Разрешение на терапевтическое применение субстанций, используемых в качестве допинга	7	2	2	4		
10	Список разрешенных препаратов. Допинг-лист ВАДА. Структура допинг-листа ВАДА	7			4		
							зачет
Итого часов 72			10	14	48		

**Заочная форма обучения  
(профили Адаптивное физическое воспитание, Физическая реабилитация)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Проблемы, связанные с использованием допинга в паралимпийском спорте.	9	2		6		
2	Список запрещенных веществ и методов.	9		2	7		
	Список запрещенных веществ и методов в соревновательный период	9					
	Вещества и методы, запрещенные вне соревнований	9			4		
3.	Антидопинговый контроль как система биохимико-правовых мероприятий	9			6		
4.	Соревновательный и внесоревновательный антидопинговый контроль	9			6		
5.	Антидопинговые лаборатории Процедура забора и транспортировки биопроб.	9			6		



6.	Санкции. Профилактика применения допинга в спорте	9			6		
7.	Общий механизм действия допинга	9		2	7		
8.	Основные виды осложнений после длительного применения спортсменами-инвалидами анаболических стероидов	9			6		
9.	Разрешение на терапевтическое применение субстанций, используемых в качестве допинга	9			6		
10	Список разрешенных препаратов. Допинг-лист ВАДА. Структура допинг-листа ВАДА	9			6		
							<b>зачет</b>
<b>Итого часов 72</b>			<b>2</b>	<b>4</b>	<b>66</b>		

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Гуманитарный институт**

**Кафедра менеджмента и экономики спортивной индустрии им.В.В.Кузина**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.35 ЭКОНОМИКА»**

Направление подготовки: **49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»**

Профиль: Адаптивное физическое воспитание,  
Физическая реабилитация,  
Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная/заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Гуманитарного института  
Протокол № 1 от «26» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
экономики и права  
Протокол № 26 от «27» июня 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
менеджмента и экономики спортивной индустрии им. В.В Кузина  
Протокол № 22 от «22» июня 2021 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)

Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)

Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составители:

Ратников К.С. – преподаватель кафедры экономики и права  
РГУФКСМиТ;

Рецензент:

Жукова Ольга Владиславовна – и.о. заведующего кафедрой менеджмента  
и экономики спорта им. В.В.Кузина

## **1. Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины «Экономика» - дать, студентам необходимые знания, умения и навыки, в том числе:

- знания места и роли экономической составляющей;
- умение проанализировать экономические аспекты, раскрыть социальные механизмы гарантированного осуществления финансового обеспечения;
- владение навыками самостоятельного рассмотрения источников бюджетного и внебюджетного финансирования.

## **2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)**

Дисциплина «Экономика» относится к дисциплинам обязательной части образовательной программы по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

Экономика является одной из профилирующих дисциплин в системе подготовки студентов по направлению.

Экономика как учебная дисциплина в системе подготовки студентов связана с дисциплинами учебного плана:

- в направлении, обеспечивающем изучение количественных форм экономических явлений и процессов, — с «Математикой».

Указанные связи дисциплины дают студенту системное представление о комплексе изучаемых дисциплин в соответствии с Федеральным Государственным образовательным стандартом, что обеспечивает соответствующий теоретический уровень и практическую направленность в системе обучения и будущей деятельности. В дальнейшем знания, умения и навыки студентов, сформированные в процессе изучения экономики, используются при выполнении учебно-исследовательских аналитических работ, курсовых работ и выпускной квалификационной работы.

**3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП).**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра, курса)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.			
	<p>УК-1.1. Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач.</p> <p>УК-1.3. Умеет анализировать и систематизировать разнородные данные, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности.</p> <p>УК-1.4. Умеет синтезировать информацию, представленную в различных источниках;</p> <p>УК-1.5. Владеет навыками научного поиска и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений.</p>	7		6
УК-9	Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности			
	<p>УК-9.1. Понимает базовые принципы функционирования экономики, планирования экономической деятельности.</p> <p>УК-9.2. Принимает обоснованные экономические решения, используя методы экономического планирования для достижения поставленных целей.</p> <p>УК-9.3. Использует экономические инструменты для управления финансовой деятельностью в различных областях жизнедеятельности.</p>	7		6

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Современная экономика и экономическая наука.	7	1	2	5		
2	Общие проблемы экономического развития.	7	1	2	5		
3	Рынок и рыночная система, конкуренция.	7	1	2	4		
4	Отношения собственности	7	1	2	4		
5	Альтернативная стоимость	7	1	2	4		
6	Рынок ценных бумаг	7	1	2	4		
7	Финансовая система. Бюджет.	7	1	2	4		
8	Безработица. Инфляция.	7	1	1	4		
9	Налоговая система.	7		1	4		
10	Кредитно-банковская система	7		1	4		
11	Экономический рост и циклические колебания макроэкономики.	7		1	4		
		7					Зачет
<b>Итого часов:</b>			<b>8</b>	<b>18</b>	<b>46</b>		

#### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Современная экономика и экономическая наука.	6	1	1	6		
2	Общие проблемы экономического развития.	6	1	1	6		
3	Рынок и рыночная система, конкуренция.	6		1	6		
4	Отношения собственности	6		1	6		
5	Альтернативная стоимость	6			6		
6	Рынок ценных бумаг	6			6		
7	Финансовая система. Бюджет.	6			6		
8	Безработица. Инфляция.	6			6		
9	Налоговая система.	6			6		
10	Кредитно-банковская система	6			6		
11	Экономический рост и циклические колебания макроэкономики.	6			6		
		6					<b>Зачет</b>
<b>Итого часов:</b>			<b>2</b>	<b>4</b>	<b>66</b>		

## 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

### Вопросы к зачету

1. Предмет и функции экономической теории.
2. Виды экономических ресурсов (факторов производства), их ограниченность и необходимость эффективного использования.
3. Понятие экономической системы, виды экономических систем.
4. Сущность рынка и условия его функционирования.
5. Функции рынка.
6. Роль конкуренции в развитии экономики. Совершенная и несовершенная конкуренция.
7. Сущность монополии. Антимонопольное законодательство.
8. Особенности монополизации в России и антимонопольная политика РФ.
9. Закон спроса. Факторы, влияющие на спрос. Эластичность спроса.
10. Закон предложения. Факторы, влияющие на предложение. Эластичность предложения.
11. Механизм ценообразования. Функции цены.
12. Виды издержек производства, бухгалтерские и экономические издержки. Расчет предельных издержек.
13. Прибыль-доход предпринимателя. Факторы, влияющие на норму прибыли.
14. Рынок труда. Спрос и предложение труда.
15. Заработная плата – доход наемных работников.
16. Номинальные и реальные доходы населения. Факторы, влияющие на уровень реальных доходов населения.
17. Рынок капитала. Процентная ставка и инвестиции.
18. Процентные ставки и инвестиции
19. Земельная рента – доход собственника земли. Цена земли.
20. Виды фирм.
21. Распределение доходов. Кривая Лоренца. Качество жизни, показатели уровня жизни населения.
22. Основные макроэкономические показатели (ВВП, ВНП, НД) и способы их расчета.
23. Экономические циклы.



23. Сущность и функции денег. Содержание денежной массы.
24. Бумажные деньги. Уравнение обмена.
25. Банки и их роль осуществлении денежно – кредитной политики. Пассивные и активные операции банков.
26. Природа ссудного процента и его значение в экономике.
27. Функции и формы кредита. Принципы кредитования.
28. Рынок ценных бумаг как составная часть финансового рынка. Виды, ценных бумаг.
29. Инфляция: причины, виды и социально – экономические последствия.
30. Содержание антиинфляционной политике правительства.
31. Безработица и ее формы.
32. Виды налогов и принципы налогообложения.
33. Предпосылки, цели и методы государственного регулирования экономического развития.
34. Государственный бюджет: доходы и расходы, проблемы их сбалансированности.
35. Дефицит госбюджета и пути его ликвидации.
36. Международное разделение труда. Формы межгосударственных экономических отношений.
37. Валютный курс и факторы, на него влияющие. Проблема конвертируемости российского рубля.
38. Внебюджетные фонды, источники их формирования и направления использования.
39. Экономический рост и развитие государства, причины и факторы влияния.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.**

### 1) Основная литература:

1. Рыбина, З.В. Национальная экономика России / З.В. Рыбина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 253 с. : табл., ил. – Режим доступа: по

подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500373>. –

Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-9898-9. – Текст : электронный.

2) Гребенников, П. И. Экономика : учебник для вузов / П. И. Гребенников, Л. С. Тарасевич. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 310 с. — (Высшее образование) <https://urait.ru/bcode/510412>

3) Экономика : учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по неэкономическим направлениям : [16+] / Е. А. Капогузов, Г. М. Самошилова, С. В. Дегтярева [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Капогузова ; Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2019. – 244 с. : ил. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=575765>

а) Дополнительная литература:

2. Мировая экономика / ред. Ю.А. Щербанин. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юнити-Дана, 2015. – 519 с. : табл., граф., схемы – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=115041>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-238-02262-8. – Текст : электронный.

3. Ефимова, Е.Г. Экономика / Е.Г. Ефимова. – 4-е изд., стер. – Москва : Издательство «Флинта», 2018. – 392 с. : табл., граф. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461003> . – ISBN 978-5-89349-592-8. – Текст : электронный.

б) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Экономический портал// URL: <https://institutiones.com/>

с) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–*программное обеспечение дисциплины (модуля):*

о Операционная система – Microsoft Windows.

о Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.

о Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

о Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

о Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

– *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

о «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

о Образовательная платформа «Юрайт» <https://urait.ru/library/uchebniki-dlya-vuzov/po-ugs/49-00-00-fizicheskaya-kultura-i-sport/49-03-02-fizicheskaya-kultura-dlya-lic-s-otklonenyami-v-sostoyanii-zdorovya-adaptivnaya-fizicheskaya-kultura>

о Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>

о Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>

о Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru.  
<http://elibrary.ru/defaultx.asp>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Экономика для обучающихся Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 4 курс, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» направленности (профиля) «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация» очной формы обучения, 3 курс направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» направленности (профиля) «Адаптивное физическое воспитание», «Физическая реабилитация» заочной формы обучения.*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Экономики и права.

Сроки изучения дисциплины: 7 семестр для очной формы обучения, 6 семестр для заочной форм обучения

Форма промежуточной аттестации: *зачет.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

#### Очная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме «Современная экономика и экономическая наука»	2 неделя	6
2	Подготовка доклада по теме «Общие проблемы экономического развития»	3 неделя	6
3	Контрольная работа по теме «Рынок и рыночная система, конкуренция»	4 неделя	6
4	Контрольная работа по теме «Отношения собственности»	5 неделя	6
5	Контрольная работа по теме «Альтернативная стоимость»	6 неделя	6

6	Контрольная работа по теме «Рынок ценных бумаг»	7 неделя	6
7	Контрольная работа по теме «Финансовая система. Бюджет»	8 неделя	6
8	Контрольная работа по теме «Безработица. Инфляция»	9 неделя	6
9	Контрольная работа по теме «Налоговая система»	10 неделя	6
10	Контрольная работа по теме «Кредитно-банковская система»		6
11	Контрольная работа по теме «Экономический рост и циклические колебания макроэкономики»		6
12	Посещение занятий	В течение семестра	4
	<b>Зачет</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### Заочная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме «Современная экономика и экономическая наука»	6
2	Подготовка доклада по теме «Общие проблемы экономического развития»	6
3	Контрольная работа по теме «Рынок и рыночная система, конкуренция»	6
4	Контрольная работа по теме «Отношения собственности»	6
5	Контрольная работа по теме «Альтернативная стоимость»	6
6	Контрольная работа по теме «Рынок ценных бумаг»	6
7	Контрольная работа по теме «Финансовая система. Бюджет»	6
8	Контрольная работа по теме «Безработица. Инфляция»	6
9	Контрольная работа по теме «Налоговая система»	6
10	Контрольная работа по теме «Кредитно-банковская система»	6
11	Контрольная работа по теме «Экономический рост и циклические колебания макроэкономики»	6
12	Посещение занятий	4
	<b>Зачет</b>	<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Написание и защита реферата по теме «Современная экономика и экономическая наука»	6
2	Написание и защита реферата по теме «Общие проблемы экономического развития»	6
3	Написание и защита реферата по теме «Рынок и рыночная система, конкуренция»	6
4	Написание и защита реферата по теме «Отношения собственности»	6
5	Написание и защита реферата по теме «Альтернативная стоимость»	6
6	Написание и защита реферата по теме «Рынок ценных бумаг»	6
7	Написание и защита реферата по теме «Финансовая система. Бюджет»	6
8	Написание и защита реферата по теме «Безработица. Инфляция»	6
9	Написание и защита реферата по теме «Налоговая система»	6
10	Написание и защита реферата по теме «Кредитно-банковская система»	6
11	Написание и защита реферата по теме «Экономический рост и циклические колебания макроэкономики»	6

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости в соответствии с набранными обучающимся баллами по дисциплинам, завершающихся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			

Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A
-------------------------	---	---	---	---	---	---

**Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**ГУМАНИТАРНЫЙ ИНСТИТУТ**

**Кафедра менеджмента и экономики спортивной индустрии им. В.В Кузина**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.35 ЭКОНОМИКА»**

Направление подготовки  
**49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(адаптивная физическая культура)**

Профиль:  
Адаптивное физическое воспитание,  
Физическая реабилитация,  
Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная/заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.



**1. Общая трудоемкость дисциплины:** составляет 2 зачетных единицы.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины:** 7 семестр на очной и 6 семестр на заочной форме обучения

**3. Цель освоения дисциплины:**

Целью освоения дисциплины « Экономика» - дать, студентам необходимые знания, умения и навыки, в том числе:

- знания места и роли экономической составляющей;
- умение проанализировать экономические аспекты, раскрыть социальные механизмы гарантированного осуществления финансового обеспечения;
- владение навыками самостоятельного рассмотрения источников бюджетного и внебюджетного финансирования.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:**

**УК-1** – Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.

**УК-9** - Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности

**5. Краткое содержание дисциплины:**

**Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Современная экономика и экономическая наука.	7	1	2	5		
2	Общие проблемы экономического развития.	7	1	2	5		
3	Рынок и рыночная система,	7	1	2	4		

	конкуренция.						
4	Отношения собственности	7	1	2	4		
5	Альтернативная стоимость	7	1	2	4		
6	Рынок ценных бумаг	7	1	2	4		
7	Финансовая система. Бюджет.	7	1	2	4		
8	Безработица. Инфляция.	7	1	1	4		
9	Налоговая система.	7		1	4		
10	Кредитно-банковская система	7		1	4		
11	Экономический рост и циклические колебания макроэкономики.	7		1	4		
		7					<b>Зачет</b>
<b>Итого часов:</b>			<b>8</b>	<b>18</b>	<b>46</b>		

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Современная экономика и экономическая наука.	6	1	1	6		
2	Общие проблемы экономического развития.	6	1	1	6		
3	Рынок и рыночная система, конкуренция.	6		1	6		
4	Отношения собственности	6		1	6		
5	Альтернативная стоимость	6			6		
6	Рынок ценных бумаг	6			6		
7	Финансовая система. Бюджет.	6			6		
8	Безработица. Инфляция.	6			6		
9	Налоговая система.	6			6		
10	Кредитно-банковская система	6			6		
11	Экономический рост и циклические колебания макроэкономики.	6			6		
		6					<b>Зачет</b>
<b>Итого часов:</b>			<b>2</b>	<b>4</b>	<b>66</b>		

# **МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**  
**«Б1.О.36 Частные методики адаптивной физической культуры»**

Направление подготовки:  
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание, Физическая  
реабилитация, Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*  
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивной физической культуры  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Составители:

Лунина Наталья Владимировна, кандидат биологических наук, доцент, доцент  
кафедры физической реабилитации и оздоровительной физической культуры  
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ».

Рубцова Наталья Олеговна – кандидат педагогических наук, доцент,  
заведующая кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры  
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ».

Щербинина Юлия Львовна – кандидат педагогических наук, доцент, доцент  
кафедры теории и методики адаптивной физической культуры ФГБОУ ВО  
«РГУФКСМиТ».

Кичигина Ольга Юрьевна – ст. преподаватель кафедры ТИМ АФК,  
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ».

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 8 зачетных единиц.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 7,8 семестр - на очной форме обучения, 9, 10 семестр – на заочной форме обучения.

**Цель освоения дисциплины (модуля):** теоретическая и практическая подготовка к профессиональной деятельности студентов по организационно-педагогическим аспектам использования авторских программ и частных методик в абилитации и реабилитации лиц различных возрастных, гендерных и нозологических групп, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное) <sup>1</sup>
1	2	3	4	5
ОПК-13	Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	7,8	9,10	
ОПК-13.1	. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфо-	7,8	9,10	

<sup>1</sup>Заполняется при наличии ускоренного обучения.

	<p>функционального статуса; - биомеханические особенности опорно- двигательного аппарата человека; -биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – химический состав организма человека; – возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; – особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;--физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различного пола и возраста в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе, психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном</p>			
--	--	--	--	--

	<p>спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВАС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВАС.</p>			
ОПК-13.2.	<p>Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с</p>	7,8	9,10	

	<p>основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВАС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВАС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВАС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВАС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>			
ОПК-13.3.	<p>Имеет опыт: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; -</p>	7,8	9,10	



	<p>биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетки, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВАС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>			
<b>ОПК-14</b>	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	7,8	9,10	
<b>ОПК-14.1</b>	<p>Знает: - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержание; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и</p>			

	<p>неотложных состояний организма;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей;</li> <li>- основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации;</li> <li>- этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем;</li> <li>- внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</li> <li>- правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма;</li> <li>- факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;</li> <li>- приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп;</li> <li>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВАС;</li> <li>- причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВАС;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВАС.</li> </ul>			
ОПК-14.2	<p>Умеет: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к</p>	7,8	9,10	

	<p>структуре проведения занятий); -оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдению техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВАС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, в том числе, с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>			
ОПК-14.3	<p>Имеет опыт: - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа</p>	7,8	9,10	

	<p>по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВАС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья с правилами охраны жизни.</p>			
--	---	--	--	--

#### 4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

##### Очная форма обучения 7 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Современные медико-социальные проблемы здоровья населения.	7	2	4	6		

2	<b>Тема 2.</b> Современные подходы в изучении причины, механизмов развития аддиктивных состояний. Классификация аддиктивных состояний. Способы коррекции аддиктивных состояний средствами адаптивной физической культуры.	7	2	4	6		
3	<b>Тема 3.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы табачной зависимости.	7	2	4	6		
4	<b>Тема 4.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы алкогольной зависимости.	7	2	4	6		
5	<b>Тема 5.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы наркотической зависимости.	7	2	4	6		
6	<b>Тема 6.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы игровой зависимости.	7	2	4	6		
7	<b>Тема 7.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы пищевой зависимости.	7	2	4	6		
8	<b>Тема 8.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы девиантного поведения.	7	2	4	6		
9	<b>Тема 9.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы синдрома дефицита внимания с гиперактивностью	7	2	4	6		
10	<b>Тема 10.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы профессионального выгорания.	7	2	4	6		
11	<b>Тема 11.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в сохранении профессионального и корпоративного здоровья	7	4	8	3		

Итого: 144 час.		24	48	63		Экзамен 9 час.
-----------------	--	----	----	----	--	----------------

### Очная форма обучения 8 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
12	<b>Тема 12.</b> Современные аспекты геронтологии, основные характеристики пожилого возраста.	8	2	4	6		
13	<b>Тема 13.</b> Современные подходы к изучению психолого-педагогических характеристики людей пожилого возраста.	8	2	4	6		
14	<b>Тема 14.</b> Современные подходы к изучению естественных проявлений старения организма человека.	8		4	6		
15	<b>Тема 15.</b> Современные подходы к рассмотрению патологии старости.	8		4	6		
16	<b>Тема 16.</b> Современные подходы к изучению клинических проявлений основных заболеваний в пожилом возрасте.	8	2	4	6		
17	<b>Тема 17.</b> Современные подходы в применении частных методик реабилитации людей пожилого возраста с различной патологией.	8	2	4	6		
18	<b>Тема 18.</b> Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны сердечно-сосудистой системы.	8	2	4	6		
19	<b>Тема 19.</b> Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны дыхательной системы.	8	2	4	6		

<b>20</b>	<b>Тема 20.</b> Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны пищеварительной системы.	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		
<b>21</b>	<b>Тема 21.</b> Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях обмена веществ	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		
<b>22</b>	<b>Тема 22.</b> Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны нервной системы	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		
<b>23</b>	<b>Тема 23.</b> Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны опорно-двигательного аппарата	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>1</b>		
<b>Итого: 144 час.</b>			<b>20</b>	<b>48</b>	<b>67</b>		<b>Экзамен 9 час.</b>

### Заочная форма обучения 9 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Тема 1.</b> Современные медико-социальные проблемы здоровья населения.	9	<b>2</b>		<b>10</b>		
<b>2</b>	<b>Тема 2.</b> Современные подходы в изучении причины, механизмов развития аддиктивных состояний. Классификация аддиктивных состояний. Способы коррекции аддиктивных состояний средствами адаптивной физической культуры.	9	<b>2</b>		<b>10</b>		

<b>3</b>	<b>Тема 3.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы табачной зависимости.	9			<b>11</b>		
<b>4</b>	<b>Тема 4.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы алкогольной зависимости.	9			<b>12</b>		
<b>5</b>	<b>Тема 5.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы наркотической зависимости.	9		<b>2</b>	<b>12</b>		
<b>6</b>	<b>Тема 6.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы игровой зависимости.	9		<b>2</b>	<b>12</b>		
<b>7</b>	<b>Тема 7.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы пищевой зависимости.	9		<b>2</b>	<b>12</b>		
<b>8</b>	<b>Тема 8.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы девиантного поведения.	9		<b>2</b>	<b>12</b>		
<b>9</b>	<b>Тема 9.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы синдрома дефицита внимания с гиперактивностью	9		<b>2</b>	<b>12</b>		
<b>10</b>	<b>Тема 10.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы профессионального выгорания.	9		<b>2</b>	<b>12</b>		
<b>11</b>	<b>Тема 11.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в сохранении профессионального и корпоративного здоровья	9		<b>2</b>	<b>12</b>		
<b>Итого: 144 час.</b>			<b>4</b>	<b>14</b>	<b>117</b>		<b>Экзамен 9 час.</b>

**Заочная форма обучения  
10 семестр**



№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
12	<b>Тема 12.</b> Современные аспекты геронтологии, основные характеристики пожилого возраста.	10	2		10		
13	<b>Тема 13.</b> Современные подходы к изучению психолого-педагогических характеристики людей пожилого возраста.	10	2		10		
14	<b>Тема 14.</b> Современные подходы к изучению естественных проявлений старения организма человека.	10			10		
15	<b>Тема 15.</b> Современные подходы к рассмотрению патологии старости.	10			10		
16	<b>Тема 16.</b> Современные подходы к изучению клинических проявлений основных заболеваний в пожилом возрасте.	10			10		
17	<b>Тема 17.</b> Современные подходы в применении частных методик реабилитации людей пожилого возраста с различной патологией.	10		2	10		
18	<b>Тема 18.</b> Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны сердечно-сосудистой системы.	10		2	10		
19	<b>Тема 19.</b> Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны дыхательной системы.	10		2	10		
20	<b>Тема 20.</b> Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны пищеварительной системы.	10		2	10		

21	Тема 21. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях обмена веществ	10		2	10		
22	Тема 22. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны нервной системы	10		2	8		
23	Тема 23. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны опорно-двигательного аппарата	10		2	9		
Итого: 144 час.			4	14	117		Экзамен 9 час.

## 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

### **Примерный перечень вопросов к экзамену:**

- 1) Алкоголизм и его влияние на функциональное состояние основных систем организма.
- 2) Алкоголизм и потомство. Алкоголизма и семья.
- 3) Анаболическая зависимость на современном этапе.
- 4) Виды наркозависимости.
- 5) Влияние анаболических стероидов на организм человека.
- 6) Влияние гашиша на организм. Формирование психической и физической зависимости.
- 7) Влияние наркотиков на здоровье человека.
- 8) Влияние психоактивных веществ из группы «стимуляторов» на организм.
- 9) Влияние табакокурения на организм человека: сердечно-сосудистую, дыхательную, мочевыделительную системы, ЦНС, печень, желудочно-кишечный тракт и др.
- 10) Влияние физической культуры и спорта на здоровье человека, предупреждение и борьба с вредными привычками средствами адаптивной физической культуры.
- 11) Извращенный аппетит и его влияние на здоровье человека (анорексия и булимия). Факторы, его обуславливающие. Меры профилактики.

- 12) Использование стимуляторов в спортивной практике. Влияние стимуляторов на организм и опасность применения стимуляторов у спортсменов.
- 13) История алкоголизма. Мотивы и факторы, обуславливающие потребность в алкоголе.
- 14) История табакокурения. Факторы, обуславливающие потребность в курении. Психология курения.
- 15) Клинические проявления хронического алкоголизма.
- 16) Краткая классификация нарко- и токсикосредств.
- 17) Меры профилактики нарко- и токсикозависимости. Опыт России и зарубежных стран.
- 18) Наркомания и потомство.
- 19) Наркомания и СПИД: факторы риска.
- 20) Опишите клинические проявления опиумного абстинентного синдрома.
- 21) Опишите синдром дефицита удовлетворенности при аддиктивных состояниях.
- 22) Определение наркомании, основные синдромы проявления наркотической зависимости.
- 23) Основные принципы профилактики пищевой зависимости.
- 24) Основные принципы реабилитации людей, употребляющих психоактивные вещества.
- 25) Основные проявления кокаиновой зависимости. Влияние кокаина на организм.
- 26) Основные расстройства психики при эпизодичном и хроническом употреблении алкоголя.
- 27) Охарактеризуйте алкогольную энцефалопатию.
- 28) Охарактеризуйте алкогольный делирий.
- 29) Охарактеризуйте основные этапы развития наркомании
- 30) Перечислите и охарактеризуйте стадии действия наркотического препарата.
- 31) Перечислите и охарактеризуйте стадии наркотической зависимости
- 32) Перечислите типы наркотических веществ.
- 33) Позиция государства и общества в вопросе профилактики вредных привычек.
- 34) Понятие «алкоголизма» и его отличия от бытового пьянства.
- 35) Понятие о зависимости, средствах вызывающих зависимость. Психическая и физическая зависимости.
- 36) Причины развития психической зависимости от наркотиков.
- 37) Профилактика алкоголизма.
- 38) Профилактические мероприятия по борьбе с табакокурением у детей и взрослых.
- 39) Различия физической и психической зависимости от наркотических веществ.
- 40) Синдром зависимости от алкоголя
- 41) Сон и здоровье. Вредные привычки, лимитирующие здоровый сон.

- 42) Социальные программы, препятствующие распространению и возникновению вредных привычек (волонтерство).
- 43) Стадии алкоголизма.
- 44) Характеристика стадий алкогольной зависимости.
- 45) Алгоритм построения физкультурно-оздоровительной программы у лиц пожилого возраста.
- 46) Атеросклеротическая энцефалопатия пожилого возраста.
- 47) Болезнь Альцгеймера
- 48) Депрессии пожилого возраста. Симптоматика и проявление депрессий.
- 49) Дрожательный паралич (болезнь Паркинсона) и ее основные симптомы.
- 50) Основные медицинские показания к прекращению нагрузки на занятиях адаптивной физической культуры (субъективные симптомы и объективные клинические признаки).
- 51) Особенности проведения оздоровительных занятий у лиц пожилого возраста с заболеваниями опорно-двигательного аппарата.
- 52) Особенности протекания заболеваний сердечно-сосудистой системы в пожилом возрасте.
- 53) Перечислите абсолютные противопоказания к проведению нагрузочных тестов у пожилых людей
- 54) Понятие и содержание имитационной тренировки.
- 55) Принципы организации занятий адаптивной физической культуры для пожилых людей
- 56) Содержание проприорецептивной тренировки, особенности использования у лиц пожилого возраста.
- 57) Старческое слабоумие (сенильная деменция).
- 58) Формирование медицинских групп для занятий оздоровительной физической культуры у людей пожилого возраста.
- 59) Функциональные психозы позднего возраста.
- 60) Характеристика методики круговой тренировки пожилых людей с заболеваниями сердечно-сосудистой системы.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.**

### а) Основная литература:

- 1) Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учеб. пособие / ред.: С.П. Евсеев .— М. : Советский спорт, 2014 .— 304 с. — ISBN 978-5-9718-0714-8
- 2) Адаптивное физическое воспитание и спорт = Adapted physical education and sport / под ред. Джозефа П. Винника, д-ра педагогики = Joseph P. Winnick. - Киев: Олимп. лит., [2010]. - 607 с.: ил.
- 3) Власова, И.А. Показатели эффективности оздоровительных тренировок в пожилом возрасте / И.А. Власова, Г.И. Губин, В.А. Епифанов // Лечеб.

- физкультура и спорт. медицина. - 2012. - № 1. - С. 33-36. Режим доступа : [HTTP://lfksport.ru/pdf/2012/LFK\\_1\\_\(97\)\\_2012.pdf](http://lfksport.ru/pdf/2012/LFK_1_(97)_2012.pdf)
- 4) Гилева, Н.С. Психология девиантного поведения : учеб.-метод. пособие / Н.С. Гилева ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - [Изд. 2-е, испр. и доп]. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2012. - 127 с.: табл.
  - 5) Концепция реализации государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкогольной продукцией и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года // Сборник официальных документов и материалов. - 2010. - № 2. - С. 54-61.
  - 6) Крюкова, Д.А. Здоровый человек и его окружение : учеб. пособие для студентов образоват. учреждений сред. и проф. образования, обучающихся по мед. специальностям : доп. М-вом образования РФ / Д.А. Крюкова, Л.А. Лысак, О.В. Фурса. - изд. 14-е. - Ростов н/Д: Феникс, 2015. - 474 с.: ил.
  - 7) Специальные двигательные режимы в оздоровительной массовой физкультуре : метод. указания к практ. занятиям по дисциплине Физ. культура для студентов всех образоват. прогр. / сост.: Е.А. Дашкова, С.Е. Колонцов, О.Н. Уколова ; М-во образования и науки РФ, Муром. ин-т (филиал) гос. образоват. учреждения Высш. проф. образования "Владимир. гос. ун-т". - Муром, 2010. - 43 с.: табл.
  - 8) Стариков, С.М. Физическая реабилитация в комплексном лечении больных с дорсопатиями : монография / [Стариков С.М., Поляев Б.А., Болотов Д.Д.] ; М-во здравоохранения и соц. развития РФ, Гос. образоват. учреждение доп. проф. образования, Рос. мед. акад. последиплом. образования. - Изд. 2-е, перераб. и доп. - М.: [Красная звезда], 2012. - 154 с.: ил.
  - 9) Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры : учеб. пособия в образоват. учреждениях, реализующих образоват. прогр. ВПО проф. подгот. по дисциплинам "Соврем. физкультур.-оздоровит. технологии" и "Теория и методика орг. фитнеса" - для студентов всех форм обучения по направлениям подгот. 050100.62 профиля подгот. "Физ. культура", 034300.62 : рек. ФГБОУ ВПО "Рос. гос. пед. ун-т им. А.И. Герцена" / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш. - М.: спорт, 2016. - 279 с.
  - 10) Физическая культура - основа здорового образа жизни : учеб. пособие / под общ. ред. В.А. Дудова ; Рос. акад. гос. службы при Президенте РФ. - М.: Изд-во Рос. акад. гос. службы, 2010. - 143 с.: ил.
  - 11) Физическая культура и спорт в Российской Федерации в цифрах (2000-2012 годы) / авт.-сост. П.А. Виноградов, Ю.В. Окуньков; под общ.ред. В.Л. Мутко. - М.: Советский спорт, 2013г. - 186 с.
  - 12) Физическая реабилитация : в 2 т. : учеб. для студентов бакалавриата и магистратуры по направлению подгот. "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья" : рек. эмс ИНПО ФГБОУ ВПО

"РГУФКСМиТ" / под ред. С.Н. Попова. - 2-е изд., стереотип. - М.: Academia, 2016.

б)Дополнительная литература:

- 1)Александров, А.А. Психогенетика : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии : рек. Советом по психологии УМО по клас. унив. образованию / А.А. Александров. - М.; СПб.: Питер, 2009. - 192 с.: ил.
- 2)Антипов, В.А. Разработка и внедрение антинаркотических программ в образовательных учреждениях / Антипов В.А., Евсеев С.П., Черкашин Д.В. // 9 Всероссийская научно-практическая конференция "Дети России образованны и здоровы", 6-8 дек. 2011 г. : материалы / [отв. ред. Яковлев А.В.] ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ [и др.]. - М., 2011. - С. 17-20.
- 3)Батищева, Л.Д. Предупреждение преждевременного старения женщин зрелого возраста на основе комплекса средств оздоровительной физической культуры / Л.Д. Батищева // Теория и практика физ. культуры. - 2007. - № 4. - С. 60-61. Режим доступа : [HTTP://sportlib.info/Press/TPFK/2007N4/p60-61.htm](http://sportlib.info/Press/TPFK/2007N4/p60-61.htm)
- 4)Витько, Е.В. Динамика энцефаллограммы при реализации произвольных движений у детей с синдромом дефицита внимания с гиперактивностью и юношей с опийной зависимостью / Е.В. Витько, С.И. Аганов // Теория и практика физ. культуры. - 2009. - № 10. - С. 46. Режим доступа : [HTTP://drive.google.com/open?id=0BzF1KVTWzThZRFZ4STV4UUhQckE](http://drive.google.com/open?id=0BzF1KVTWzThZRFZ4STV4UUhQckE)
- 5)Звягина, Е.В. Синдром дефицита внимания как явление у студенческой молодежи, занимающейся различными видами спортивной деятельности = The attention deficit disorder as a phenomenon in students engaged in various kinds of sports activities / Звягина Е.В., Харина И.Ф. // Научно-спортивный вестник Урала и Сибири. - 2017. - № 3 (15). - С. 52-58. Режим доступа : [HTTP://lib.sportedu.ru/Press/NSVUiS/2017n3\(15\)/p52-58.pdf](http://lib.sportedu.ru/Press/NSVUiS/2017n3(15)/p52-58.pdf)
- 6)Клепцова, Т.Н. Социально-педагогические подходы к профилактике асоциального поведения детей и молодежи средствами физической культуры и спорта = Socially-pedagogical going near the prophylaxis of asocial conduct of children and young people facilities of physical culture and sport / Клепцова Т.Н., Гниденко Е.К., Федотенко Г.В. // Физическое воспитание студентов. - 2010. - № 2. - С. 96-99. Режим доступа : [HTTP://sportlib.info/Press/FVS/2010N2/p96-99.htm](http://sportlib.info/Press/FVS/2010N2/p96-99.htm)
- 7)Климова, Е.Н. Профилактика вредных привычек у студентов / Е.Н. Климова, В.А. Шагинова // Здоровье студенческой молодежи : достижения науки и практики на соврем. этапе : материалы 3 Междунар. науч.-практ. конф., 9-10 дек. 2002 г. / Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка. - Минск, 2002. - С. 106-107.

- 8) Культура здоровья : учеб. пособие для специалистов по оздоровит. физ. культуре / Федер. агентство по физ. культуре и спорту РФ, Кубан. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - Краснодар: [Изд-во КГУФКСТ], 2007. - 144 с.: табл.
- 9) Культура здоровья : учеб. пособие для специалистов по оздоровит. физ. культуре / Федер. агентство по физ. культуре и спорту РФ, Кубан. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - Краснодар: [Изд-во КГУФКСТ], 2007. - 144 с.: табл.
- 10) Современные технологии оздоровления детей и подростков в учреждениях социальной сферы : рук. для врачей, психологов, педагогов, соц. работников, работающих стационар. дет. учреждениях соц. обслуживания / Департамент Смол. обл. по соц. развитию, Смолен. обл. гос. учреждение "Смолен. соц.-реабилитацион. центр для несовершеннолет. "Феникс"". - Смоленск, 2009. - 271 с.: табл.
- 11) Состояние здоровья и принципы реабилитации детей с синдромом дефицита внимания с гиперактивностью / Гончарова О.В. [и др.] // Вестник восстанов. медицины. - 2012. - № 2. - С. 46-49.
- 12) Физкультурно-оздоровительная работа с людьми пожилого возраста : метод. рекомендации. Ч. 1 / Всерос. науч.-исслед. ин-т физ. культуры и спорта (ВНИИФК). - М.: Сов. спорт, 2003. - 207 с.: ил.
- 13) Частные методики адаптивной физической культуры: учебник/под общ. ред. проф. Л.В. Шапковой - М. : Советский спорт, 2007.-608с.:ил.
- 14) Черясова, И.А. Как избавиться от вредных привычек быстро и без проблем / И.А. Черясова. - М.: Рипол Классик, 2008. - 191 с.: ил.
- 15) Частные методики адаптивной физической культуры : учебник / ред. Л.В. Шапкова .— Москва : Советский спорт, 2009 .— 608 с. : ил. — (Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья). <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=747888>
- 16) Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : [учебник] / С.П. Евсеев .— 2-е изд., стер. — Москва : Спорт, 2020 .— 617 с. — (Адаптивная физическая культура и спорт). <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=734822>
- 17) Лунина, Н.В. Частные методики адаптивной физической культуры : метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины, по подготовке к практ. занятиям и по выполнению домашних заданий / Н.В. Лунина .— Москва : РГУФКСМиТ, 2018 .— 93 с. — Авт. указан на обороте тит. л. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=671366>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–*программное обеспечение дисциплины (модуля):*

–Операционная система – Microsoft Windows.

–Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.

–Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

–Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

–Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

–*современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

–Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС <https://lib.rucont.ru/>

– Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту\_ <http://lib.sportedu.ru/>

–Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>

–Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>

–Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru.

<http://elibrary.ru/defaultx.asp>

–Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования

<https://fgosvo.ru/>

–Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>

–Реестр профстандартов Минтруда РФ

[https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-](https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/)

[blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/](https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/)

–Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>

–Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>

–Портал Инклюзивное образование [https://xn--](https://xn--80aabcdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--plai/)

[80aabcdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--plai/](https://xn--80aabcdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--plai/)

–Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>

–Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>

–Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>

–Координационные советы по областям образования

<https://fgosvo.ru/ksumo/index>

–Независимая Национальная антидопинговая организация

РУСАДА <http://rusada.ru/>

–Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий



- <https://www.minsport.gov.ru/activity/government-regulation/edinyj-kalendarjy-plan/>
- Государственная информационная система «Спорт» <https://sportrf.gov.ru/>
- Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>
- Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
- Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
- Адаптивная физическая культура <https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «Частные методики адаптивной физической культуры»  
для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и  
фитнеса, 4, 5 курса,  
направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»  
Профиль: «Адаптивное физическое воспитание»; «Физическая реабилитация»;  
«Лечебная физическая культура»  
очная, заочная формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины:

очная форма обучения – 7, 8 семестры

заочная форма обучения – 8, 9 семестры

Форма промежуточной аттестации:

очная форма обучения:

7 семестр - экзамен

8 семестр - экзамен

заочная форма обучения:

8 семестр - экзамен

9 семестр - экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

При очной форме обучения – 7 семестр,

При заочной форме обучения – 8 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>2</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре «Современные медико-социальные проблемы здоровья населения»	3 неделя	3*
2	Выступление на семинаре «Современные подходы в изучении причины, механизмов развития аддиктивных состояний. Классификация аддиктивных состояний. Способы коррекции аддиктивных состояний средствами адаптивной физической культуры»	4 неделя	3*
3	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы табачной зависимости»	5 неделя	3*

<sup>2</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

4	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы алкогольной зависимости»	7 неделя	3*
5	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы наркотической зависимости»	8 неделя	3*
6	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы игровой зависимости»	9 неделя	3*
7	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы пищевой зависимости»	10 неделя	3*
8	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы девиантного поведения»	11 неделя	3*
9	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы синдрома дефицита внимания с гиперактивностью»	12 неделя	3*
10	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы профессионального выгорания»	17 неделя	3*
11	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры в сохранении профессионального и корпоративного здоровья»	18 неделя	5*
12	Посещение занятий	В течение семестра	0,4 балла x 1 занятие = 35 баллов
<b>Экзамен по дисциплине</b>			<b>30*</b>
<b>ИТОГО</b>			<b>100 баллов</b>

*\*примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме «Современные медико-социальные проблемы здоровья населения»	10
2	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы табачной зависимости»	10
3	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы алкогольной зависимости»	10
4	Написание реферата по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной	10

	проблемы наркотической зависимости»	
5	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы игровой зависимости»	10
6	Написание реферата по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы девиантного поведения.»	10
7	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в сохранении профессионального и корпоративного здоровья»	10

### Заочная форма обучения

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме «Современные медико-социальные проблемы здоровья населения»	10
2	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы табачной зависимости»»	10
3	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы алкогольной зависимости»	10
4	Написание реферата по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы наркотической зависимости»	10
5	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы игровой зависимости»	10
6	Написание реферата по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы девиантного поведения.»	10
7	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в сохранении профессионального и корпоративного здоровья»	10

### ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

При очной форме обучения – 8 семестр,

При заочной форме обучения – 9 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>3</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре «Современные аспекты геронтологии, основные характеристики пожилого возраста»	23 неделя	3*
2	Выступление на семинаре «Современные подходы к	24 неделя	3*

<sup>3</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	изучению психолого-педагогических характеристики людей пожилого возраста»		
3	Выступление на семинаре «Современные подходы к изучению естественных проявлений старения организма человека»	25 неделя	3*
4	Выступление на семинаре «Современные подходы к рассмотрению патологии старости»	26 неделя	3*
5	Выступление на семинаре «Современные подходы к изучению клинических проявлений основных заболеваний в пожилом возрасте»	32 неделя	3*
6	Выступление на семинаре «Современные подходы в применении частных методик реабилитации людей пожилого возраста с различной патологией»	33 неделя	3*
7	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны сердечно-сосудистой системы»	34 неделя	3*
8	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны дыхательной системы»	35 неделя	3*
9	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны пищеварительной системы»	36 неделя	3*
10	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях обмена веществ»	37 неделя	3*
11	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны нервной системы»	38неделя	3*
12	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны опорно-двигательного аппарата»	39 неделя	3*
13	Выступление на семинаре «Современные подходы по сохранению, укреплению здоровья и активного долголетия у лиц пожилого возраста»	40 неделя	4*
14	Посещение занятий	В течение семестра	0,6 балла x 1 занятие = 30 баллов
	<b>Экзамен по дисциплине</b>		<b>30*</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*\*примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

## Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме «Современные аспекты геронтологии, основные характеристики пожилого возраста»	10
2	Подготовка доклада по теме «Современные подходы к изучению клинических проявлений основных заболеваний в пожилом возрасте»	10
3	Написание реферата по теме «Современные подходы в применении частных методик реабилитации людей пожилого возраста с различной патологией»	10
4	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны сердечно-сосудистой системы.»	10
5	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях обмена со стороны нервной системы»	10
6	Написание реферата по теме «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны опорно-двигательного аппарата»	10
7	Подготовка доклада по теме «Современные подходы по сохранению, укреплению здоровья и активного долголетия у лиц пожилого возраста»	10

### Заочная форма обучения

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме «Современные аспекты геронтологии, основные характеристики пожилого возраста»	10
2	Подготовка доклада по теме «Современные подходы к изучению клинических проявлений основных заболеваний в пожилом возрасте»	10
3	Написание реферата по теме «Современные подходы в применении частных методик реабилитации людей пожилого возраста с различной патологией»	10
4	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны сердечно-сосудистой системы.»	10
5	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях обмена со стороны нервной системы»	10
6	Написание реферата по теме «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны опорно-двигательного аппарата»	10
7	Подготовка доклада по теме «Современные подходы по сохранению, укреплению здоровья и активного долголетия у лиц пожилого возраста»	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из

списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

## **V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

### **Шкала оценок успеваемости по дисциплине, завершающейся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

### **Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра теории и методики адаптивной физической  
культуры**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.О.36 Частные методики адаптивной физической культуры»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 – Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание, Лечебная  
физическая культура, Физическая реабилитация  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная / заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.



**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 8 зачетных единиц.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 7,8 семестр - на очной форме обучения, 9, 10 семестр – на заочной форме обучения.

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** теоретическая и практическая подготовка к профессиональной деятельности студентов по организационно- педагогическим аспектам использования авторских программ и частных методик в абилитации и реабилитации лиц различных возрастных, гендерных и нозологических групп, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное <sup>4</sup> )
1	2	3	4	5
ОПК-13	Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	7,8	9,10	
ОПК-13.1	. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - влияние нагрузок	7,8	9,10	

<sup>4</sup>Заполняется при наличии ускоренного обучения.

	<p>разной направленности на изменение морфо-функционального статуса; - биомеханические особенности опорно- двигательного аппарата человека; -биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – химический состав организма человека; – возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; – особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;--физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различного пола и возраста в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе, психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике,</p>			
--	--	--	--	--

	<p>плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВАС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВАС.</p>			
ОПК-13.2.	<p>Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по</p>	7,8	9,10	

	<p>физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВАС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВАС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВАС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВАС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>			
ОПК-13.3.	<p>Имеет опыт: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического</p>	7,8	9,10	

	<p>анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетки, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВАС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>			
<b>ОПК-14</b>	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	7,8	9,10	
<b>ОПК-14.1</b>	<p>Знает: - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержание; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и</p>			

	<p>признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей;</li> <li>- основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации;</li> <li>- этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем;</li> <li>- внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</li> <li>- правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма;</li> <li>- факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;</li> <li>- приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп;</li> <li>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВАС;</li> <li>- причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВАС;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВАС.</li> </ul>			
ОПК-14.2	<p>Умеет: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря,</p>	7,8	9,10	

	<p>соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); -оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВАС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, в том числе, с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>			
ОПК-14.3	<p>Имеет опыт: - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и</p>	7,8	9,10	

	<p>выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВАС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья с правилами охраны жизни.</p>			
--	--	--	--	--

**5. Краткое содержание дисциплины (модуля):**

**Очная форма обучения**

**7 семестр**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Современные медико-социальные проблемы здоровья населения.	7	2	4	6		



2	<b>Тема 2.</b> Современные подходы в изучении причины, механизмов развития аддиктивных состояний. Классификация аддиктивных состояний. Способы коррекции аддиктивных состояний средствами адаптивной физической культуры.	7	2	4	6		
3	<b>Тема 3.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы табачной зависимости.	7	2	4	6		
4	<b>Тема 4.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы алкогольной зависимости.	7	2	4	6		
5	<b>Тема 5.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы наркотической зависимости.	7	2	4	6		
6	<b>Тема 6.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы игровой зависимости.	7	2	4	6		
7	<b>Тема 7.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы пищевой зависимости.	7	2	4	6		
8	<b>Тема 8.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы девиантного поведения.	7	2	4	6		
9	<b>Тема 9.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы синдрома дефицита внимания с гиперактивностью	7	2	4	6		
10	<b>Тема 10.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы профессионального выгорания.	7	2	4	6		
11	<b>Тема 11.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в сохранении профессионального и корпоративного здоровья	7	4	8	3		

Итого: 144 час.		24	48	63		Экзамен 9 час.
-----------------	--	----	----	----	--	----------------

### Очная форма обучения 8 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
12	<b>Тема 12.</b> Современные аспекты геронтологии, основные характеристики пожилого возраста.	8	2	4	6		
13	<b>Тема 13.</b> Современные подходы к изучению психолого-педагогических характеристики людей пожилого возраста.	8	2	4	6		
14	<b>Тема 14.</b> Современные подходы к изучению естественных проявлений старения организма человека.	8		4	6		
15	<b>Тема 15.</b> Современные подходы к рассмотрению патологии старости.	8		4	6		
16	<b>Тема 16.</b> Современные подходы к изучению клинических проявлений основных заболеваний в пожилом возрасте.	8	2	4	6		
17	<b>Тема 17.</b> Современные подходы в применении частных методик реабилитации людей пожилого возраста с различной патологией.	8	2	4	6		
18	<b>Тема 18.</b> Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны сердечно-сосудистой системы.	8	2	4	6		
19	<b>Тема 19.</b> Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны дыхательной системы.	8	2	4	6		

20	Тема 20. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны пищеварительной системы.	8	2	4	6		
21	Тема 21. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях обмена веществ	8	2	4	6		
22	Тема 22. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны нервной системы	8	2	4	6		
23	Тема 23. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны опорно-двигательного аппарата	8	2	4	1		
<b>Итого: 144 час.</b>			<b>20</b>	<b>48</b>	<b>67</b>		<b>Экзамен 9 час.</b>

### Заочная форма обучения 9 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Современные медико-социальные проблемы здоровья населения.	9	2		10		
2	Тема 2. Современные подходы в изучении причины, механизмов развития аддиктивных состояний. Классификация аддиктивных состояний. Способы коррекции аддиктивных состояний средствами адаптивной физической культуры.	9	2		10		

<b>3</b>	<b>Тема 3.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы табачной зависимости.	9			<b>11</b>		
<b>4</b>	<b>Тема 4.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы алкогольной зависимости.	9			<b>12</b>		
<b>5</b>	<b>Тема 5.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы наркотической зависимости.	9		<b>2</b>	<b>12</b>		
<b>6</b>	<b>Тема 6.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы игровой зависимости.	9		<b>2</b>	<b>12</b>		
<b>7</b>	<b>Тема 7.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы пищевой зависимости.	9		<b>2</b>	<b>12</b>		
<b>8</b>	<b>Тема 8.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы девиантного поведения.	9		<b>2</b>	<b>12</b>		
<b>9</b>	<b>Тема 9.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы синдрома дефицита внимания с гиперактивностью	9		<b>2</b>	<b>12</b>		
<b>10</b>	<b>Тема 10.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы профессионального выгорания.	9		<b>2</b>	<b>12</b>		
<b>11</b>	<b>Тема 11.</b> Современные методики адаптивной физической культуры в сохранении профессионального и корпоративного здоровья	9		<b>2</b>	<b>12</b>		
<b>Итого: 144 час.</b>			<b>4</b>	<b>14</b>	<b>117</b>		<b>Экзамен 9 час.</b>

**Заочная форма обучения  
10 семестр**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
12	Тема 12. Современные аспекты геронтологии, основные характеристики пожилого возраста.	10	2		10		
13	Тема 13. Современные подходы к изучению психолого-педагогических характеристики людей пожилого возраста.	10	2		10		
14	Тема 14. Современные подходы к изучению естественных проявлений старения организма человека.	10			10		
15	Тема 15. Современные подходы к рассмотрению патологии старости.	10			10		
16	Тема 16. Современные подходы к изучению клинических проявлений основных заболеваний в пожилом возрасте.	10			10		
17	Тема 17. Современные подходы в применении частных методик реабилитации людей пожилого возраста с различной патологией.	10		2	10		
18	Тема 18. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны сердечно-сосудистой системы.	10		2	10		
19	Тема 19. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны дыхательной системы.	10		2	10		
20	Тема 20. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны пищеварительной системы.	10		2	10		

<b>21</b>	<b>Тема 21.</b> Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях обмена веществ	10		<b>2</b>	<b>10</b>		
<b>22</b>	<b>Тема 22.</b> Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны нервной системы	10		<b>2</b>	<b>8</b>		
<b>23</b>	<b>Тема 23.</b> Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны опорно-двигательного аппарата	<b>10</b>		<b>2</b>	<b>9</b>		
<b>Итого: 144 час.</b>			<b>4</b>	<b>14</b>	<b>117</b>		<b>Экзамен 9 час.</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.37 «Технологии физкультурно-спортивной деятельности»**

Направление подготовки/специальность:  
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание,  
Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивной физической культуры  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Оценочные средства утверждены и рекомендованы  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Оценочные средства обновлены  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивного физического воспитания  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

**Составители:**

Рубцова Наталия Олеговна – к.п.н., профессор, зав. кафедрой ТиМ АФК

Кичигина Ольга Юрьевна – преподаватель ТиМ АФК

Горохова Наталия Петровна – ст. преподаватель ТиМ АФК

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)



## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) курса по выбору «*Технологии физкультурно-спортивной деятельности*» является: Целями освоения дисциплины (модуля) профессионального цикла базовой части «*Технологии физкультурно-спортивной деятельности*» являются: формирование практических навыков работы с различными категориями лиц с ограниченными возможностями на протяжении всего срока обучения бакалавра. Расширение профессионального мировоззрения о роли и месте АФК в системе реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Программа дисциплины «*Технологии физкультурно-спортивной деятельности*» относится к базовой части профессионального цикла ООП. Дисциплина «*Технологии физкультурно-спортивной деятельности*» взаимосвязана с дисциплинами гуманитарного, социального и экономического цикла, вариативная часть: «Комплексная реабилитация больных и инвалидов»; профессионального цикла базовая часть: «Частные методики адаптивной физической культуры», вариативная часть: «Теоретико-методические основы АФВ».

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7

<b>ОПК-6</b>	Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться	3,4,5,6,7, 8		3,4,5,6,7, ,8,9
ОПК-6.1.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта;</li> <li>- цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры;</li> <li>- социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества;</li> <li>- составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие;</li> <li>- основы организации здорового образа жизни;</li> <li>- закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды;</li> <li>- влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков;</li> <li>- механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации;</li> <li>-санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- гигиенические средства восстановления;</li> <li>- гигиенические принципы закаливания;</li> <li>- методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах;</li> <li>- значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>-понятие «пищевой статус».</li> </ul>	3,4,5,6,7, 8		3,4,5,6,7, ,8,9
ОПК-6.2.	Умеет:	3,4,5,6,7,		3,4,5,6,7

	<ul style="list-style-type: none"> <li>-использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях;</li> <li>-определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья;</li> <li>- планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся;</li> <li>- использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов;</li> <li>- устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий;</li> <li>- составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания;</li> <li>- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;</li> <li>- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни;</li> <li>- проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;</li> <li>- применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;</li> <li>- формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди</li> </ul>	8		,8,9
--	---	---	--	------

	окружающих.			
ОПК-6.3.	<p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- применения методик оценки физического развития детей и подростков;</li> <li>- использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся;</li> <li>- владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки;</li> <li>- проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима;</li> <li>- проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;</li> <li>- совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе, трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно- популярных фильмов;</li> <li>- организации встреч обучающихся с известными спортсменами;</li> <li>- использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.</li> </ul>	3,4,5,6,7, 8		3,4,5,6,7, ,8,9
<b>ОПК-10</b>	Способен проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний)	3,4,5,6,7, 8		3,4,5,6,7, ,8,9,
ОПК-10.1	Знает:	3,4,5,6,7,		3,4,5,6,7

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания;</li> <li>- патогенетически значимые мишени профилактического воздействия;</li> <li>- виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма.</li> </ul>	8		,8,9,
ОПК-10.2.	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия;</li> <li>- подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)</li> </ul>	3,4,5,6,7, 8		3,4,5,6,7 ,8,9,
ОПК-10.3.	<p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)</li> </ul>	3,4,5,6,7, 8		3,4,5,6,7 ,8,9,
<b>ОПК-14</b>	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	3,4,5,6,7, 8		3,4,5,6,7 ,8,9,
ОПК-14.1.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены;</li> <li>- основные разделы гигиенической науки и их содержание;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</li> <li>- нормативную документацию по гигиене в физкультурно- спортивной деятельности;</li> <li>- факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы</li> </ul>	3,4,5,6,7, 8		3,4,5,6,7 ,8,9,

	<p>достижения благоприятных микроклиматических условий;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.);</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором;</li> <li>- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах;</li> <li>- факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;</li> <li>- гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп;</li> <li>- этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма;</li> <li>- противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей;</li> <li>- основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации;</li> <li>- этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем;</li> <li>- внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</li> <li>- правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма;</li> <li>- факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;</li> </ul>			
--	---	--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп;</li> <li>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВАС;</li> <li>- причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВАС;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВАС.</li> </ul>			
ОПК-14.2.	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</li> <li>- оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала;</li> <li>- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;</li> <li>- распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений;</li> <li>- оказывать первую помощь при возникновении</li> </ul>	3,4,5,6,7, 8		3,4,5,6,7, ,8,9,

	<p>неотложных состояний и травматических повреждений;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью;</li> <li>- осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом;</li> <li>- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li> <li>- вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений;</li> <li>- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий;</li> <li>- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря;</li> <li>- обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВАС;</li> <li>- выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, в том числе, с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</li> </ul>			
ОПК- 14.3.	Имеет опыт: - измерения основных параметров	3,4,5,6,7,		3,4,5,6,7



	<p>микроклимата в спортивных сооружениях;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования специальной аппаратуры и инвентаря;</li> <li>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li> <li>- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li> <li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом;</li> <li>- составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;</li> <li>- обеспечения безопасности при проведении учебно- тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- обеспечения безопасности при проведении учебно- тренировочного занятия по ИВАС;</li> <li>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно- спортивной организации;</li> <li>- обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий;</li> <li>- ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья с правилами охраны жизни.</li> </ul>	8		,8,9,
--	---	---	--	-------

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет (очная, заочная формы) - 13 зачетных единиц, 468 академических часов;

## Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1.1. Общее ознакомление с игрой с настольный теннис. Правила, судейство, специализированный инвентарь.	3		4	12		
2	1.2. Методика начального обучения настольному теннису.	3		4	12		
3	1.2.1. Особенности начального обучения для людей с патологией слуха.	3		4	8		
4	1.2.2. Особенности начального обучения для слабовидящих.	3		4	10		
5	1.2.3. Особенности начального обучения для людей с ДЦП.	3		6	8		
6	1.2.4. Особенности начального обучения для спортсменов на колясках.	4		6	8		
7	1.3. Освоение основных приемов игры в настольный теннис - атакующих, защитных ударов, "подкручивание" мяча.	4		6	10		
8	1.4. Освоение различных схем действия	4		4			

	в защите и нападении.				10		
<b>9</b>	1.5. Тактическая подготовка в настольном теннисе. Проведение соревнований.	4		4	10		
<b>10</b>	1.6. Специальные подготовительные упражнения для успешной игры в настольный теннис.	4		4	10		
<b>Итого 144</b>				<b>46</b>	<b>98</b>		

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семес тр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Конт роль	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)  Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Заня тия лекц ионн ого типа	Заня тия семи нарс кого типа	Самос тояте льная работ а			
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Введение в специальность</b>		<b>2</b>		<b>40</b>			
<b>2</b>	Тема 1.1 Общие понятия адаптивной физической культуры.		2		12			
<b>3</b>	Тема 1.2. Средства и методы адаптивной физической культуры.				28			
<b>4</b>	<b>Раздел 2. Волонтерское движение</b>		<b>2</b>		<b>100</b>			
<b>5</b>	Тема 2.1. Общее ознакомление с волонтерской деятельностью.		2		12			

6	Тема 2.2. Психологические аспекты деятельности волонтеров.				12		
7	Тема 2.3. Организационно-методические особенности работы волонтеров.				20		
8	Тема 2.4. Особенности работы волонтеров на мероприятиях для лиц с ПОДА.				14		
9	Тема 2.5. Особенности работы волонтеров на мероприятиях для лиц с нарушением интеллекта				18		
10	Тема 2.6. Особенности работы волонтеров на мероприятиях для лиц с сенсорными нарушениями.				12		
11	Тема 2.7. Особенности работы волонтеров в специализированных детских домах.				12		
<b>Итого:144</b>			<b>4</b>		<b>140</b>		

### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Контроль	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)  Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционно-семинарско-практические	Занятия семинарско-практические	Самостоятельная работа	Контроль		
1	Раздел 1. Использование тренажеров в практической работе с инвалидами	5		10	62			

2	1. Виды тренажеров, особенности их использования. Силовые и аэробные тренажеры.	5		2	6		
3	2. Техника безопасности при работе на тренажерах.	5		0	6		
4	3. Тренажеры для мышц верхнего плечевого пояса. Техника выполнения упражнений.	5		2	6		
5	4. Тренажеры для мышц ног и туловища. Техника выполнения упражнений.	5		0	6		
6	5. Дозировка и режимы занятий в тренажерном зале.	5		2	6		
7	6. Круговая тренировка с использованием тренажерных устройств	5		2	6		
8	7. Различные виды построения программ занятий на тренажерах.	5		0	6		
9	8. Занятия на тренажерах как составная часть программы реабилитации детей с аутизмом.	5		0	6		
10	9. Особенности занятий на аэробных тренажерах. Дозировка и режимы занятий.	5		2	6		
11	10. Сочетание занятий с использованием силовых и аэробных тренажеров.	5		0	8		
<b>12</b>	<b>Раздел 2. Технологии проведения физкультурно-оздоровительных занятий для детей</b>	<b>6</b>		<b>20</b>	<b>52</b>		
13	1. Виды физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.	6		2	4		
14	2. Методика подготовки и проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.	6		4	6		
15	3. Инвентарь, применяемый для проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.	6		2	6		

16	4. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в черте города.	6		2	6		
17	5. Рекреативные мероприятия за городом. Однодневные и более длительные мероприятия.	6		2	6		
18	6. Зимние праздники – организация тематических рекреационно-спортивных мероприятий.	6		2	6		
19	7. Летние праздники – организация тематических рекреационно-спортивных мероприятий.	6		2	6		
20	8. Весенние праздники – организация тематических рекреационно-спортивных мероприятий.	6		2	6		
21	9. Осенние праздники – организация тематических рекреационно-спортивных мероприятий.	6		2	6		
<b>Итого 144</b>				<b>30</b>	<b>114</b>		

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семес тр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Конт роль	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)  Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занят ия лекци онног о типа	Занятия семинар ского типа	Сам осто ятел ьная рабо та			
1	<b>Раздел 1. Введение в специальность</b>		4		140			
2	1.1. Общее ознакомление с игрой с настольный теннис. Правила, судейство, специализированный инвентарь.	5	2		10			

<b>3</b>	1.2. Методика начального обучения настольному теннису.	5	2		10		
<b>4</b>	1.2.1. Особенности начального обучения для людей с патологией слуха.	5			10		
<b>5</b>	1.2.2. Особенности начального обучения для слабовидящих.	5			12		
<b>6</b>	1.2.3. Особенности начального обучения для людей с ДЦП.	5			12		
<b>7</b>	1.2.4. Особенности начального обучения для спортсменов на колясках.	6			18		
<b>8</b>	1.3. Освоение основных приемов игры в настольный теннис - атакующих, защитных ударов, "подкручивание" мяча.	6			24		
<b>9</b>	1.4. Освоение различных схем действия в защите и нападении.	6			18		
<b>10</b>	1.5. Тактическая подготовка в настольном теннисе. Проведение соревнований.	6			12		
<b>11</b>	1.6. Специальные подготовительные упражнения для успешной игры в настольный теннис.	6			14		
<b>Итого: 144</b>			<b>4</b>		<b>140</b>		

### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)  Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия	Занятия	Самостоятельна	Контр	
			Занятия	Занятия	Самостоятельна	Контр	

			лекци онног о типа	семина рского типа	я работа	оль	
	1.1. Общее знакомство с игрой хоккей на полу. Правила игры. Площадка, команды и судейство.	7		8	12		
	1.2. Инвентарь для игры.	7		8	12		
	1.3. Ознакомление с методикой начального обучения хоккею на полу. Этапы обучения, основные принципы и последовательность. Обучение основным двигательным навыкам.	7		8	20		
	1.4. Методика обучения владению клюшкой. Техника бросков по воротам в различных игровых ситуациях.	7		8	12		
	1.5. Работа с мячом в процессе игры: владение мячом, ведение мяча, передачи.	7,8		8	24		
	1.6. Освоение различных схем действия в защите и нападении.	8		2	12		
	1.7. Тактика построения игры. Игровое взаимодействие. Проведение соревнований.	8		2	20		
	1.8. Особенности спортивных игр для лиц с ограниченными возможностями.	8		10	24		
<b>Итого</b>				<b>44</b>	<b>136</b>		Зачет
<b>Итого за всё время обучения</b>				<b>170</b>	<b>334</b>		

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семе стр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Формы текущего контроля успеваемо сти (по неделям семестра)  Форма промежут очной аттестаци и (по семестра



						м)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Использование тренажёров в практической работе с инвалидами</b>	7	2		70	
<b>2</b>	1. Виды тренажеров, особенности их использования. Силовые и аэробные тренажеры.	7	2			
<b>3</b>	2. Техника безопасности при работе на тренажерах.	7			12	
<b>4</b>	3. Тренажеры для мышц верхнего плечевого пояса. Техника выполнения упражнений.	7			8	
<b>5</b>	4. Тренажеры для мышц ног и туловища. Техника выполнения упражнений.	7			6	
<b>6</b>	5. Дозировка и режимы занятий в тренажерном зале.	7			10	
<b>7</b>	6. Круговая тренировка с использованием тренажерных устройств	7			12	
<b>8</b>	7. Различные виды построения программ занятий на тренажерах.	7			4	
<b>9</b>	8. Занятия на тренажерах как составная часть программы реабилитации детей с аутизмом.	7			8	
<b>10</b>	9. Особенности занятий на аэробных тренажерах. Дозировка и режимы занятий.	7			6	
<b>11</b>	10. Сочетание занятий с использованием силовых и аэробных тренажеров.	7			4	
<b>12</b>	<b>Раздел 2. Технологии проведения физкультурно-оздоровительных занятий для детей</b>	8	2		70	
<b>13</b>	1. Виды физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.	8			4	
<b>14</b>	2. Методика подготовки и проведения	8	2		12	

	физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.						
15	3. Инвентарь, применяемый для проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.	8			8		
16	4. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в черте города.	8			12		
17	5. Рекреативные мероприятия за городом. Однодневные и более длительные мероприятия.	8			10		
18	6. Зимние праздники – организация тематических рекреационно-спортивных мероприятий.	8			6		
19	7. Летние праздники – организация тематических рекреационно-спортивных мероприятий.	8			6		
20	8. Весенние праздники – организация тематических рекреационно-спортивных мероприятий.	8			6		
21	9. Осенние праздники – организация тематических рекреационно-спортивных мероприятий.	8			6		
<b>Итого: 144</b>			<b>4</b>		<b>140</b>		

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Контроль	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)  Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль		

<b>1</b>	1.1. Общее знакомство с игрой хоккей на полу. Правила игры. Площадка, команды и судейство.	9	2		12		
<b>2</b>	1.2. Инвентарь для игры.	9			4		
<b>3</b>	1.3. Ознакомление с методикой начального обучения хоккею на полу. Этапы обучения, основные принципы и последовательность. Обучение основным двигательным навыкам.	9	2		8		
<b>4</b>	1.4. Методика обучения владению клюшкой. Техника бросков по воротам в различных игровых ситуациях.	9			4		
<b>5</b>	1.5. Работа с мячом в процессе игры: владение мячом, ведение мяча, передачи.	9			6		
<b>Итого:</b>			<b>2</b>		<b>34</b>		Зачет
<b>Итого за всё время обучения: 468</b>			<b>12</b>		<b>454</b>		

### **5.Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

#### **Темы рефератов и контрольных работ:**

#### **2курс**

1. Технологии физкультурно-спортивной деятельности – интегративная дисциплина.
2. Средства, методы и методические приемы, используемые в адаптивной физической культуре.
3. Особенности использования технологий физкультурно-спортивной деятельности с учетом нозологического признака и возраста.
4. Методика организации и проведения игры в настольный теннис.
5. Методика начального обучения игре в настольный теннис.

### **3курс**

1. Технологии физкультурно-спортивной деятельности – интегративная дисциплина.
2. Средства, методы и методические приемы, используемые в адаптивной физической культуре.
3. Особенности использования технологий физкультурно-спортивной деятельности с учетом нозологического признака и возраста.
4. Методика и организация игр с детьми с нарушением в развитии (нозологическая группа и возраст - по выбору студента).
5. Применение в адаптивной физической культуре игр с использованием природного материала.
6. Профессионально-ориентированные виды спорта в подготовке специалиста по адаптивной физической культуре.
7. Различные виды построения программ занятий на тренажерах
8. Виды тренажеров, особенности их использования. Силовые и аэробные тренажеры.
9. Методика и организация занятий на тренажерах (нозологическая группа и возраст - по выбору студента).
10. Методика организации и проведения занятий на тренажерах в рамках АФВ.
11. Методика организации и проведения круговых занятий на тренажерах в рамках АФВ для детей с аутизмом.

### **4курс**

1. Технологии физкультурно-спортивной деятельности – интегративная дисциплина.
2. Средства, методы и методические приемы, используемые в адаптивной физической культуре.
3. Особенности использования технологий физкультурно-спортивной деятельности с учетом нозологического признака и возраста.
4. Профессионально-ориентированные виды спорта в подготовке специалиста по адаптивной физической культуре.
5. Моделирование игр в адаптивной физической культуре (с учетом выбора вида адаптивной физической культуры).
6. Методика и организация игр с детьми с нарушением в развитии (нозологическая группа и возраст - по выбору студента).
7. Применение в адаптивной физической культуре игр с использованием природного материала.
8. Организация и проведение спортивных праздников, фестивалей, состязаний с лицами, имеющими ограниченные возможности (нозологическая группа по выбору студента).
9. Подбор упражнений для проведения зимних спортивных праздников, досугов с лицами, имеющими ограниченные возможности.
10. Организация и проведение весенне-летних физкультурных досугов, праздников в адаптивной физической культуре.

### **Примерный перечень вопросов к зачету по курсу дисциплины «Технологии физкультурно-спортивной деятельности»**

### **4 курс**

1. Особенности занятий в тренажерном зале с лицами, имеющими ограниченные возможности.
2. Гигиена питания при занятиях в тренажерном зале.
3. Техника безопасности при занятиях на аэробных тренажерах.
4. Методика построения комплекса занятий на тренажерах для лиц, имеющих ограниченные возможности.
5. Методические рекомендации по построению занятий на силовых тренажерах для детей с аутизмом.
6. ТФСД в системе высшего, среднего профессионального образования.
7. ТФСД как учебная дисциплина. Цель и задачи дисциплины.
8. Основные виды ТФСД, используемые в АФК.
9. Классификация и характеристика ТФСД.
10. Роль дыхания при проведении занятий по АФК.
11. Использование ТФСД в работе со слепыми и слабовидящими людьми.
12. Использование ТФСД в работе с глухими и слабовидящими людьми.
13. Использование ТФСД в работе с лицами, имеющими нарушение интеллекта.
14. Использование ТФСД в работе с лицами, имеющими нарушение речи.
15. 10. Использование ТФСД в работе с лицами, имеющие поражения опорно-двигательного аппарата.
16. Использование ТФСД в работе с детьми, имеющими детский церебральный паралич.
17. Использование ТФСД в работе с лицами, имеющими нарушение психики.
18. Применение ТФСД в адаптивном физическом воспитании дошкольников.
19. Применение ТФСД в адаптивном физическом воспитании школьников.
20. Применение ТФСД в адаптивном физическом воспитании студентов.
21. Раскройте значение коррекционно-развивающих игр в АФК.
22. Отличительные особенности подбора и моделирования игр в АФК.
23. Игры, направленные на установления психологического контакта между играющими.
24. Подвижные игры для слепых и слабовидящих детей.
25. Подвижные игры для глухих и слабовидящих детей.
26. Подвижные игры для детей с проблемами интеллекта.
27. Подвижные игры для детей с нарушением речи.
28. Подвижные игры для детей с поражением опорно-двигательного аппарата.
29. Подвижные игры для детей с детским церебральным параличом (ДЦП).
30. Подвижные игры, включающие бег, прыжки, метание.
31. Подвижные игры, эстафеты, игровые задания с элементами баскетбола, волейбола для детей с ослабленным здоровьем.
32. Подвижные игры на прогулках и в походах.
33. Речетативно-игровые композиции для совместных игр детей и взрослых.
34. Методика организации и проведения спортивных праздников и фестивалей с лицами, имеющими ограниченные возможности
35. Виды туризма в РФ.
36. Роль природных факторов в восстановлении нарушенных процессов в организме человека.
37. Методика организации туристических походов с лицами, имеющими поражения ОДА.
38. Особенности организации реабилитационного туризма.
39. Методика преодоления экстремальных ситуаций в походе.
40. Классификация профессионально-ориентированных видов спорта.
41. Характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности как научной дисциплины.
42. Характеристика основных понятий дисциплины «ТФСД»: «метод», «методика», «методический прием», «методический подход», «методическое направление».

43. Характеристика основных понятий дисциплины «ТФСД»: «технологии», «педагогические технологии».
44. Принципы построения занятий в физкультурно-спортивной деятельности.
45. Характеристика понятия «физическое упражнение». Факторы, определяющие воздействие физических упражнений.
46. Классификации видов спорта. Подходы к группированию видов спорта в технологиях физкультурно-спортивной деятельности.
47. Характеристика спортивных игр как базового вида физкультурно-спортивной деятельности, их специфические признаки.
48. Характеристика туризма как базового вида физкультурно-спортивной деятельности.
49. Классификация и характеристика видов туризма.
50. Какие области знаний интегрирует в себе дисциплина ТФСД?
51. Раскройте отличия ТФСД от базовых видов спорта.
52. Перечислите основные виды двигательной активности, которые включены в программу изучения дисциплины ТФСД.

### **Контрольные вопросы для самопроверки знаний.**

#### **2 курс**

1. Какие области знаний интегрирует в себе дисциплина ТФСД?
2. Раскройте отличия ТФСД от базовых видов спорта.
3. Перечислите основные виды двигательной активности, которые включены в программу изучения дисциплины ТФСД.
4. Дайте характеристику игрового метода.
5. Разработать конспект занятия по обучению технике настольному теннису.
6. Охарактеризуйте используемые сигналы и жесты судьи при проведении игры в настольный теннис.
7. Каковы особенности проведения соревнований по настольному теннису.

#### **3 курс**

1. Какие области знаний интегрирует в себе дисциплина ТФСД?
2. Раскройте отличия ТФСД от базовых видов спорта.
3. Перечислите основные виды двигательной активности, которые включены в программу изучения дисциплины ТФСД.
4. Составьте свою индивидуальную программу занятий на тренажерах на 1 неделю.
5. Подготовьте информацию об использовании аэробных тренажеров в адаптивном физическом воспитании.
6. В каком режиме работают мышцы при проведении занятий на силовых тренажерах?
7. Разработать комплекс занятий на силовых тренажерах, не менее 8-ми упражнений (нозология и контингент по выбору студента).
8. Дайте характеристику игрового метода.
9. Разработать конспект занятия по адаптивному физическому воспитанию, используя методику круговой тренировки на тренажерах (нозология и контингент по выбору студента).
10. Дать характеристику видов силовых тренажеров.

#### **4 курс**

1. Какие области знаний интегрирует в себе дисциплина ТФСД?
2. Раскройте отличия ТФСД от базовых видов спорта.
3. Перечислите основные виды двигательной активности, которые включены в программу изучения дисциплины ТФСД.
4. Дайте характеристику игрового метода.
5. Разработать методику организации и проведения игры (нозология и контингент по

- выбору студента).
6. Составить положение о соревнованиях по профессионально ориентированным видам спорта.
  7. Приведите примеры использования в коррекционной работе методик с использованием природного материала (глина, песок).
  8. Подготовьте информацию об использовании элементов видов спорта в организации рекреационных мероприятий (нозологика на выбор).
  9. Составить программу рекреационно-спортивного праздника, посвященного любому празднику.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Технологии физкультурно-спортивной деятельности».**

### **а) Основная литература:**

1. Анискина С.Н. Методика обучения технике баскетбола. - М., 1986.
2. Анискина С.Н. Методика обучения технике игры в баскетбол. - М., 1991.
3. Башкирова В. Г., Петросян А. Т. Некоторые рекомендации по тактике нападения против личной и зонной защиты. - М., 1999.
4. Ильин В.А., Зарецкая О.А., Новак Е.С. Стретчинг на занятиях по баскетболу
5. с детьми, имеющими нарушения в интеллектуальном развитии: методические рекомендации. . – Пенза: ПГУ, 2009.
6. Костикова Л. В., Шерстюк А. А., Григорович И. М. Особенности обучения и тренировки баскетболистов 10-13 лет. - М., 1999.
7. Методические материалы (в помощь организаторам физкультурно-спортивного движения инвалидов)/ РГАФК, Общественная спортивная организация инвалидов «Валид», Семейный спортивный клуб «Валид». – М., 1996.- 30 с.
8. Официальные Правила баскетбола для мужчин и женщин 1998-2002 гг. -М., 1998.
9. Портнов Ю. М. Баскетбол: Учебник для вузов физической культуры. -М., 1997.
10. Портнов Ю. М., Костикова Л. В. Основы подготовки квалифицированных баскетболистов. - М., 1988.
11. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник для студентов высших и средних профессиональных учебных заведений, осуществляющих образовательную деятельность по специальности 022500 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)" / Под общ. ред. СП. Евсеева. - М.: Советский спорт, 2000. - 448 с.
12. Технологии физкультурно-спортивной деятельности: Учебное пособие для студентов высших и средних профессиональных учебных заведений. - М.: Советский спорт, 2004. – 280 с.
13. Частные методики адаптивной физической культуры: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений, осуществляющих образовательную деятельность по специальности 022500 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)" / Под общ. ред. Л.В. Шапковой. — М.: Советский спорт, 2003. - 464 с, ил.

### **б) Дополнительная литература:**

1. Адаптивная физическая культура // Ежеквартальный периодический журнал. - СПб., 2000. - № 1-2, 3-4. - 2001 и последующие годы. - №1,2,3, 4.

2. Акош К. Помощь детям с церебральным параличом - Кондуктивная педагогика: Книга для родителей / К. Акош, М. Акош, Пер. с англ. С. Вишневецкой; Оформл. С. Чистова. – М.: Изд-во «Улисс», 1994. – 196 с.: ил.
3. Андреева Н.Г. Секреты здорового позвоночника. - СПб.: Невский проспект, 2000. - 185 с. - (Серия "Истоки здоровья").
4. Апанасенко Г.Л. Медицинская валеология / Г. Л. Апанасенко, Л. А. Попова // Серия «Гиппократ». – Ростов н/Д.: Феникс, 2000. – 248 с.
5. Астафьев Н.В. Физическое состояние умственно отсталых школьников: / Н. В. Астафьев, В. И. Михалёв // Учебное пособие. – Омск: СибГАФК, 1996. – 160 с.
6. Ахметшин А.М. Туризм как метод реабилитации и оздоровления инвалидов и пожилых людей. - Уфа, 2000. - 69 с.
7. Боксер О.Я. Современные методы психорегуляции в спорте, оздоровительной и адаптивной физической культуре. / О. Я. Боксер, А. Л. Димова // – М. – Шуя: «Весть» ШГПУ, 2001. – 100 с.
8. Верхало Ю.Н. Тренажёры и устройства для восстановления здоровья и рекреации инвалидов / Ю.Н. Верхало. – М.: Советский спорт, 2004 – 536 с.: ил.
9. Выдрин В.М. Физическая рекреация – вид физической культуры / В.М. Выдрин, А.Д. Джумаев // Теория и практика физ. культуры. – 1989. - №3. – С. 2-4.
10. Ганзина Н.В. Система рекреативно-восстановительных мероприятий в социальной адаптации инвалидов с последствиями ДЦП / Н.В. Ганзина // Теория и практика физической культуры. – М., 1997. №6. – С. 54.
11. Герцен Г.И. Реабилитация детей с поражениями опорно-двигательного аппарата в санаторно-курортных условиях. / Г. И. Герцен, А. А. Лобенко // М.: Медицина, 1989. – 272 с.: ил.
12. Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Игровая терапия. - СПб.:СПб ассоциация общ. объедин. родителей детей-инвалидов "ГАОООРДИ", 2001. -19с.
13. Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры. - СПб.: Детство-Пресс, 2002. - 64 с.
14. Григоренко В.Г. Организация спортивно-массовой работы с лицами, имеющими нарушения функций спинного мозга: Методические рекомендации. / В. Г. Григоренко, А. П. Глоба // М.: Советский спорт, 1991. 78 с.: ил.
15. Демирчоглян Г.Г., Демирчоглян А.Г. Специальная физическая культура для слабовидящих школьников.- М.: Советский спорт, 2000.- 160с.
16. Духовской Е.Н. Новые технические средства для адаптивной физической культуры и спорта / Е.Н. Духовской, Б.А. Левин // Социальная адаптация и комплексная реабилитация инвалидов средствами физической культуры и спорта: Сб. материалов Межд. Научно-практической конференции (Москва, 19-20 мая 1998 г.). – М., 1998, - С. 100-101.
17. Евсеев С.П. и др. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры / Учебное пособие. – М., Советский спорт, 2000.
18. Жиленкова В.П., Ульрих Е.С. Врачебно-педагогические аспекты физической культуры инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата: Методическое пособие. - СПб.: 2001.
19. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки. - М.: Советский спорт, 1990. - 64 с.
20. Коррекционная педагогика: Учебное пособие. / Под ред. Б.П. Пузанова. - 3-е изд., доп. - М.: Academia, 1999. - 155 с.
21. Кудашова Л.Т., Люйк Л.В. Подвижные игры, эстафеты и игровые задания с использованием основных средств гимнастики: Учебно-методическое пособие. - СПб.: СПб. ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2000. - 45 с.
22. Курьсы В.Н., Грудницкая Н.Н. Ритмическая гимнастика в школе: Учебное пособие / Под ред. В.Н. Курьсы. - Ставрополь: СГУ, 1998. - 204 с, ил.
23. Лазко Е.П. Танцы на колясках как форма адаптивной физической культуры для людей с нарушением опорно-двигательного аппарата. - СПб.: Галейя Принт, 2001. - 12 с.



24. Литош Н.Л. Адаптивная физическая культура. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии: Учебное пособие / Н.Л. Литош. – М., СпортАкадемПресс, 2002.– 140с.
25. Лоуренс Д. Акваэробика. Упражнения в воде: Пер. с англ. А. Озерова. - М.: ФАИР-ПРЕСС, 2000. - 256 с, ил. - (Фитнес-клуб).
26. Луткова Н.В., Минина Л.Н. Подвижные игры как средство решения педагогических задач различных звеньях физического воспитания: Учебно-методическое пособие. - СПб.: СПб. ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2003. - 83 с.
27. Лысова В.Я., Яковлева Т.С., Зацепина М.Б., Воробьева О.И. Спортивные праздники и развлечения. Сценарии. Старший дошкольный возраст: Методические рекомендации для работников дошкольных образовательных учреждений. - М.: АРКТИ, 2000 - 72 с. - (Развитие и воспитание дошкольника).
28. Максимова СЮ. Музыкально-двигательные игры для старших дошкольников с задержкой психического развития. - Волгоград: В ГАФК, - 2001.-50 с.
29. Мастюкова Е.М. Лечебная педагогика (ранний и дошкольный возраст: Советы педагогам и родителям по подготовке к обучению детей с особыми проблемами в развитии / Е.М. Мастюкова. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1997. – 304 с.
30. Моника Риттер - Клейнганс. Гимнастика позвоночника: Справочник здоровья: Пер. с нем. Б. Григорьева. - М.: Сигма-Пресс, Феникс. 1997. - 96 с.
31. Мосунов Д.Ф., Сазыкин В.Г. Преодоление критических ситуаций при обучении плаванию ребенка-инвалида: Учебно-методическое пособие — М.: Советский спорт, 2002. - 152 с.
32. Петрова В.Г., Белякова И.В. Кто они, дети с отклонениями в развитии?/ Московский психолого-социальный институт.- М.: Флинта, 1998.- 104с.
33. Плавание. Прыжки в воду. Перевод с английского. Программа спортивной подготовки. Официальные правила соревнований. – М.; «Информдинамио», 1995. – 128 с.
34. Подвижные игры для детей с нарушениями в развитии / Под ред. Л.В.Шапковой. - СПб.: Детство-Пресс, 2001. - 160с.
35. Попов С.Н. Физическая реабилитация: Учебник для студентов высших учебных заведений / С.Н. Попов. - Ростов н/Д: изд-во «Феникс», 2004. – 608 с.
36. Попова Е.Г. Общеразвивающие упражнения: Учебное пособие. -СПб.: СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1999. - 73 с.
37. Портных Ю.И., Лосин Б.Е., Кит Л.С., Луткова Н.В., Минина Л.Н., Игры в тренировке баскетболистов: Учебное пособие. - СПб.: СПб. ГАФК им.П.Ф. Лесгафта, 1999. - 66 с.
38. Потапчук А.А. Адаптивная физическая культура в работе с детьми, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата (при заболевании детским церебральным параличом): Методическое пособие / А.А. Потапчук. - СПб, СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 2003, - 228с.
39. Потапчук А.А., Лукина Г.Г. Фитбол — гимнастика в дошкольном возрасте: Учебно-методическое пособие. — СПб.: СПб. ГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 1999.-80 с.
40. Рыжков А.И. К вопросу об объёме физической реабилитации инвалидов с детским церебральным параличом / А.И. Рыжков, А.В. Мишин // Проблемы адаптивной физической культуры на современном этапе развития. Тезисы Всероссийской научно-практической конференции. – Липецк: ЛГПУ, 2005. – С. 74-76.
41. Семёнова К.А. Детские церебральные параличи / К.А. Семёнова. – М., 1881. – 142 с.
42. Солодовников Г.И. Социально-психологическая реабилитация / Г.И. Солодовников. – М., 1991. – 349 с.
43. Тилл М. Целебная сила дыхания: Пер. с нем. И.В. Чистякова. - М.:2002. - 128 с, ил. - (Серия "Здоровье в любом возрасте").
44. Трошкина С.В. Некоторые методические аспекты адаптивной физической культуры и спорта инвалидов с поражениями ОДА / С.В. Трошкина // Перспективы развития физической культуры и спорта в вузе и школе: Межвуз. сб. науч. статей. – Выпуск-2. – Пенза: ПГПУ, 1998. – С. 65-67.

45. Физическая реабилитация детей с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата / Под ред. Н.А. Гросс. – М.: Советский спорт, 2000. – 224 с.: ил.
46. Физическая культура: Учебник для учащихся 8-9 классов общеобразовательных учреждений. - Раздел «Баскетбол». - М., 2001.
47. Физическое воспитание учащихся 8-9 классов: Пособие для учителя. - Раздел «Баскетбол». - М., 2001.
48. Черник Е.С. Физическая культура во вспомогательной школе: Учебное пособие.- М.: Учебная литература, 1997.- 320 с.
49. Чудная Р.В. Адаптивное физическое воспитание. – Киев, Наукова думка, 2000.
50. Шапкова Л.В. Средства адаптивной физической культуры: Методические рекомендации по физкультурно-оздоровительным и развивающим занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии / Под ред. проф. С.П.Евсеева. - М.: Советский спорт, 2001. - 152 с.
51. Шипилина И.А. Оздоровительная аэробика для инвалидов-колясочников: Методическое пособие. - Краснодар, 2001. - 31 с.
52. Щетинин М.Н. Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. - М.:Метафора, 2001. - 128 с. - (Серия "Посоветуйте, доктор!").
53. Яхонтов Е. Р. Юный баскетболист. - М., 1987.
54. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / ред. С.П. Евсеев; О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев .— Москва : Спорт, 2016 .— 385 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=641336>
55. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / ред. С.П. Евсеев; О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев .— Москва : Советский спорт, 2013 .— 392 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/efd/279276>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

а.Операционная система – Microsoft Windows.

б.Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.

с.Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- Национальный цифровой ресурс «Рукоонт» ЭБС <https://lib.rucont.ru/>
- Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>
- Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования
- <https://fgosvo.ru/>
- Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>
- Реестр профстандартов Минтруда РФ <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>
- Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
- Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--plai/>
- Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>
- Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
- Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
- Координационные советы по областям образования <https://fgosvo.ru/ksumo/index>
- Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА <http://rusada.ru/>
- Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий <https://www.minsport.gov.ru/activity/government-regulation/edinyj-kalendarnyj-plan/>
- Государственная информационная система «Спорт» <https://sportrf.gov.ru/>
- Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>
- Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
- Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
- Адаптивная физическая культура <https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Для успешного формирования знаний по курсу «*Технологии физкультурно-спортивной деятельности*» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, лабораторной, практической и научно-исследовательской работы обучающихся.

Перечень необходимого материально-технического обеспечения для успешного формирования знаний по дисциплине «*Технологии физкультурно-спортивной деятельности*» включает в себя современную лабораторию с приборами, позволяющими оценивать морфо-функциональное состояние организма (показатели дыхания, динамометрию, гониометрию и др.), стенды и оборудование, спортивные залы, а также базовую кафедру с соответствующим инвентарём и оборудованием.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) Технологии физкультурно-спортивной деятельности для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1,2,3,4 курса (очного обучения), 1,2,3,4,5 курса (заочного обучения), направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная физическая культура» направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание, Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация очной и заочной формам обучения.**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3,4,5,6,7,8 семестры (очное), 3,4,5,6,7,8,9 семестр (заочное).

Форма промежуточной аттестации: Зачет

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

3

семестр

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1	Практическая работа по теме: «Методика начального обучения настольному теннису».	9 неделя	20*
2	Контрольная работа по теме: «Особенности начального обучения игре в н. теннис для слабовидящих».	11 неделя	25*
3	Контрольная работа по теме: «Особенности начального обучения игре в н. теннис для людей с ДЦП».	15 неделя	25*
4	Посещение занятий	В течение семестра	2балла x 1 занятие = 30 баллов
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

\* примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»

4

семестр

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
---	------------------------	------------------	----------------------------

1	Контрольная работа по теме: «Особенности начального обучения игре в н. теннис для спортсменов на колясках».	28 неделя	35*
2	Контрольная работа по теме: «Особенности проведения соревнований по н. теннису для различных категорий лиц с ОВЗ».	39 неделя	35*
3	Посещение занятий	В течение семестра	2балла x 1 занятие = 30 баллов
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

**Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине**

№'	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Контрольная работа по теме: «Особенности начального обучения игре в н. теннис для людей с патологией слуха».	<b>20</b>
2	Контрольная работа по теме: «Особенности начального обучения игре в н. теннис для слабовидящих».	20
3	Контрольная работа по теме: «Особенности начального обучения игре в н. теннис для людей с ДЦП».	<b>20</b>
4	Контрольная работа по теме: «Особенности начального обучения игре в н. теннис для спортсменов на колясках».	20
5	Контрольная работа по теме: «Особенности проведения соревнований по н. теннису для различных категорий лиц с ОВЗ».	20

**Для студентов заочной формы обучения**

№'	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Контрольная работа по теме: «Особенности начального обучения игре в н. теннис для людей с патологией слуха».	20
2	Контрольная работа по теме: «Особенности начального обучения игре в н. теннис для слабовидящих».	20
3	Контрольная работа по теме: «Особенности начального обучения игре в н. теннис для людей с ДЦП».	20

4	Контрольная работа по теме: «Особенности начального обучения игре в н. теннис для спортсменов на колясках».	20
5	Контрольная работа по теме: «Особенности проведения соревнований по н. теннису для различных категорий лиц с ОВЗ».	20
<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

**5**

**семестр**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля</b>	<b>Сроки проведения</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	Контрольная работа по теме: «Виды тренажеров, особенности их использования».	9 неделя	26*
2	Контрольная работа по теме «Адаптивное физическое воспитание с использованием методик круговой тренировки на тренажерах»	11 неделя	30*
3	Контрольная работа по теме: «Различные виды построения программ занятий на тренажерах».	15 неделя	26*
4	Посещение занятий	В течение семестра	2балла x 1 занятие = 18 баллов
<b>ИТОГО</b>			<b>100 баллов</b>

\* *примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

**6**

**семестр**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля</b>	<b>Сроки проведения</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	Контрольная работа по теме: «Виды физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы».	28 неделя	32*
2	Контрольная работа по теме: «Методики подготовки и проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы для лиц из различных нозологических групп».	39 неделя	32*
3	Посещение занятий	В течение семестра	2балла x 1 занятие = 36 баллов
<b>ИТОГО</b>			<b>100 баллов</b>

**Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине**

№'	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Контрольная работа по теме: « Особенности построения программ занятий на тренажерах для лиц с нарушением зрения».	20
2	Контрольная работа по теме: « Особенности построения программ занятий на тренажерах для лиц с интеллектуальными нарушениями».	20
3	Контрольная работа по теме: « Особенности построения программ занятий на тренажерах для лиц с ПОДА».	20
4	Контрольная работа по теме: « Особенности построения программ занятий на тренажерах для лиц с РДА».	20
5	Контрольная работа по теме: « Особенности построения программ занятий на тренажерах для лиц с нарушением слуха».	20

**Для студентов заочной формы обучения**

№'	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Контрольная работа по теме: «Виды тренажеров, особенности их использования.».	20
2	Контрольная работа по теме: «Дозировка и режимы занятий в тренажерном зале.».	20
3	Контрольная работа по теме: «Различные виды построения программ занятий на тренажерах».	20
4	Контрольная работа по теме: «Виды физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы».	20
5	Контрольная работа по теме: «Методики подготовки и проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы для лиц из различных нозологических групп».	20
<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

**7**

**семестр**

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
---	------------------------	------------------	----------------------------



1	Контрольная работа по теме: «Правила игры. Требования к площадке, инвентарю. Судейство».	9 неделя	25*
2	Контрольная работа по теме: «Этапы обучения, основные принципы и обучение основным двигательным навыкам».	11 неделя	22*
3	Контрольная работа по теме: «Тактика построения игры. Игровое взаимодействие. Проведение соревнований».	15 неделя	25*
4	Посещение занятий	В течение семестра	2балла x 1 занятие = 28 баллов
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

\* *примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

## 8 семестр

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по теме: «Особенности проведения и организации спортивных игр для лиц с ограниченными возможностями».	28 неделя	25*
2	Контрольная работа по теме: «Особенности проведения и организации спортивных игр для детей с ограниченными возможностями».	39 неделя	35*
3	Посещение занятий	В течение семестра	2балла x 1 занятие = 20 баллов
	<i>Зачет по дисциплине</i>		<b>20*</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине

№'	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Контрольная работа по теме: «Организация физкультурно-спортивной работы в коррекционных ДОУ».	<b>20</b>
2	Контрольная работа по теме: «Организация физкультурно-спортивной работы в коррекционных школах».	20
3	Контрольная работа по теме: «Организация физкультурно-спортивной работы со студентами-иаидами».	<b>20</b>

4	Контрольная работа по теме: «Организация физкультурно-спортивной работы для взрослого населения с ОВЗ».	20
5	Контрольная работа по теме: «Организация физкультурно-спортивной работы для лиц пожилого возраста».	20

### Для студентов заочной формы обучения

#### 8 семестр

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по теме: «Правила игры. Требования к площадке, инвентарю. Судейство».	35*
2	Контрольная работа по теме: «Этапы обучения, основные принципы и обучение основным двигательным навыкам».	30*
3	Контрольная работа по теме: «Тактика построения игры. Игровое взаимодействие. Проведение соревнований».	35*
	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>

\* *примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

9

#### семестр

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по теме: «Особенности проведения и организации спортивных игр для лиц с ограниченными возможностями».	35*
2	Контрольная работа по теме: «Особенности проведения и организации спортивных игр для детей с ограниченными возможностями».	45*
	<i>Зачет по дисциплине</i>	<b>20*</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**АННОТАЦИЯ**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.37 «Технологии физкультурно-спортивной деятельности»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:  
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
«Адаптивная физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание,  
Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **13** зачетных единиц.
2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 3,4,5,6,7,8 (очная форма), 3,4,5,6,7,8,9 (заочная форма)
3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** Целями освоения дисциплины (модуля) профессионального цикла базовой части «*Технологии физкультурно-спортивной деятельности*» являются: формирование практических навыков работы с различными категориями лиц с ограниченными возможностями на протяжении всего срока обучения бакалавра. Расширение профессионального мировоззрения о роли и месте АФК в системе реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОПК-6</b>	Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться	3,4,5,6,7,8		3,4,5,6,7,8,9
<b>ОПК-6.1.</b>	Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды;	3,4,5,6,7,8		3,4,5,6,7,8,9

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков;</li> <li>- механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации;</li> <li>-санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- гигиенические средства восстановления;</li> <li>- гигиенические принципы закаливания;</li> <li>- методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах;</li> <li>- значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>-понятие «пищевой статус».</li> </ul>			
ОПК-6.2.	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях;</li> <li>-определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья;</li> <li>- планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся;</li> <li>- использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных</li> </ul>	3,4,5,6,7, 8		3,4,5,6,7 ,8,9

	<p>результатов;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий;</li> <li>- составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания;</li> <li>- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;</li> <li>- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни;</li> <li>- проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;</li> <li>- применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;</li> <li>- формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.</li> </ul>			
ОПК-6.3.	<p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- применения методик оценки физического развития детей и подростков;</li> <li>- использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся;</li> <li>- владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки;</li> <li>- проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима;</li> <li>- проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики,</li> </ul>	3,4,5,6,7, 8		3,4,5,6,7, ,8,9

	<p>недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;</p> <p>- совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе, трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно- популярных фильмов;</p> <p>- организации встреч обучающихся с известными спортсменами;</p> <p>- использования приемов агитационно- пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.</p>			
<b>ОПК-10</b>	Способен проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний)	3,4,5,6,7, 8		3,4,5,6,7 ,8,9,
ОПК-10.1	<p>Знает:</p> <p>- факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания;</p> <p>- патогенетически значимые мишени профилактического воздействия;</p> <p>- виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма.</p>	3,4,5,6,7, 8		3,4,5,6,7 ,8,9,
ОПК-10.2.	<p>Умеет:</p> <p>- определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия;</p> <p>- подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)</p>	3,4,5,6,7, 8		3,4,5,6,7 ,8,9,
<b>ОПК-14</b>	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	3,4,5,6,7, 8		3,4,5,6,7 ,8,9,



ОПК-14.1.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены;</li> <li>- основные разделы гигиенической науки и их содержание;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</li> <li>- нормативную документацию по гигиене в физкультурно- спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.);</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором;</li> <li>- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах;</li> <li>- факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;</li> <li>- гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп;</li> <li>- этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма;</li> <li>- противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей;</li> <li>- основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации;</li> <li>- этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем;</li> </ul>	3,4,5,6,7, 8		3,4,5,6,7 ,8,9,
-----------	---	-----------------	--	--------------------

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</li> <li>- правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма;</li> <li>- факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;</li> <li>- приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп;</li> <li>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВАС;</li> <li>- причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВАС;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВАС.</li> </ul>			
ОПК-14.2.	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях</li> </ul>	3,4,5,6,7, 8		3,4,5,6,7 ,8,9,

<p>с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала;</li> <li>-проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;</li> <li>- распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений;</li> <li>- оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений;</li> <li>- распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью;</li> <li>- осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом;</li> <li>- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li> <li>- вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений;</li> <li>- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий;</li> <li>- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря;</li> <li>-обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой</li> </ul>			
--	--	--	--

	<p>атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</p> <p>- обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВАС;</p> <p>- выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, в том числе, с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>			
ОПК- 14.3.	<p>Имеет опыт: - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях;</p> <p>- использования специальной аппаратуры и инвентаря;</p> <p>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</p> <p>- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</p> <p>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом;</p> <p>- составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;</p> <p>- обеспечения безопасности при проведении учебно- тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</p> <p>- обеспечения безопасности при проведении учебно- тренировочного занятия по ИВАС;</p> <p>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно- спортивной организации;</p> <p>- обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и</p>	3,4,5,6,7, 8		3,4,5,6,7 ,8,9,

	оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья с правилами охраны жизни.			
--	--	--	--	--

**5. Краткое содержание дисциплины (модуля):**  
**Очная форма обучения**

**2 курс**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Контроль	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль		
1	1.1. Общие ознакомление с игрой с настольный теннис. Правила, судейство, специализированный инвентарь.	3		4	12			
2	1.2. Методика начального обучения настольному теннису.	3		4	12			
3	1.2.1. Особенности начального обучения для людей с патологией слуха.	3		4	8			
4	1.2.2. Особенности начального обучения для слабовидящих.	3		4	10			
5	1.2.3. Особенности начального обучения для людей с ДЦП.	3		6	8			
6	1.2.4. Особенности начального обучения для спортсменов на колясках.	4		6	8			

7	1.3. Освоение основных приемов игры в настольный теннис - атакующих, защитных ударов, "подкручивание" мяча.	4		6		10	
8	1.4. Освоение различных схем действия в защите и нападении.	4		4		10	
9	1.5. Тактическая подготовка в настольном теннисе. Проведение соревнований.	4		4		10	
10	1.6. Специальные подготовительные упражнения для успешной игры в настольный теннис.	4		4		10	
<b>Итого 144</b>						<b>46</b>	<b>98</b>

3

курс

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)
			Занятия лекционно-семинарско-практические	Занятия семинарско-практические	Самостоятельная работа	Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
1	<b>Раздел 1. Использование тренажёров в практической работе с инвалидами</b>	5		10	62		
2	1. Виды тренажеров, особенности их использования. Силовые и аэробные тренажеры.	5		2	6		
3	2. Техника безопасности при работе на тренажерах.	5		0	6		

4	3. Тренажеры для мышц верхнего плечевого пояса. Техника выполнения упражнений.	5		2	6		
5	4. Тренажеры для мышц ног и туловища. Техника выполнения упражнений.	5		0	6		
6	5. Дозировка и режимы занятий в тренажерном зале.	5		2	6		
7	6. Круговая тренировка с использованием тренажерных устройств	5		2	6		
8	7. Различные виды построения программ занятий на тренажерах.	5		0	6		
9	8. Занятия на тренажерах как составная часть программы реабилитации детей с аутизмом.	5		0	6		
10	9. Особенности занятий на аэробных тренажерах. Дозировка и режимы занятий.	5		2	6		
11	10. Сочетание занятий с использованием силовых и аэробных тренажеров.	5		0	8		
<b>12</b>	<b>Раздел 2. Технологии АДР</b>	<b>6</b>		<b>20</b>	<b>52</b>		
13	1. Виды физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.	6		2	4		
14	2. Методика подготовки и проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.	6		4	6		
15	3. Инвентарь, применяемый для проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.	6		2	6		
16	4. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в черте города.	6		2	6		
17	5. Рекреативные мероприятия за городом. Однодневные и более длительные мероприятия.	6		2	6		
18	6. Зимние праздники – организация тематических рекреационно-спортивных мероприятий.	6		2	6		

19	7. Летние праздники – организация тематических рекреационно-спортивных мероприятий.	6		2	6		
20	8. Весенние праздники – организация тематических рекреационно-спортивных мероприятий.	6		2	6		
21	9. Осенние праздники – организация тематических рекреационно-спортивных мероприятий.	6		2	6		
<b>Итого 144</b>				<b>30</b>	<b>114</b>		

4

курс

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семес тр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)  Форма промежуточ ой аттестации (по семестрам)
			Занят ия лекци онног о типа	Заняти я семина рского типа	Самосто ятельна я работа	Контр оль	
	1.1. Общее знакомство с игрой хоккей на полу. Правила игры. Площадка, команды и судейство.	7		8	12		
	1.2. Инвентарь для игры.	7		8	12		
	1.3. Ознакомление с методикой начального обучения хоккею на полу. Этапы обучения, основные принципы и последовательность. Обучение основным двигательным навыкам.	7		8	20		
	1.4. Методика обучения владению клюшкой. Техника бросков по воротам в различных игровых	7		8	12		



	ситуациях.						
	1.5. Работа с мячом в процессе игры: владение мячом, ведение мяча, передачи.	7,8		8	24		
	1.6. Освоение различных схем действия в защите и нападении.	8		2	12		
	1.7. Тактика построения игры. Игровое взаимодействие. Проведение соревнований.	8		2	20		
	1.8. Особенности спортивных игр для лиц с ограниченными возможностями.	8		10	24		
<b>Итого 180</b>				<b>44</b>	<b>136</b>		Зачет
<b>Итого за всё время обучения 504</b>				<b>170</b>	<b>334</b>		

### Заочная форма обучения

#### 2 курс

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семес тр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Конт роль	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)  Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Заня тия лекц ионн ого типа	Заня тия семи нарс кого типа	Самос тоят ельная работ а			
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Введение в специальность</b>		<b>2</b>		<b>40</b>			
<b>2</b>	Тема 1.1 Общие понятия адаптивной физической культуры.		2		12			
<b>3</b>	Тема 1.2. Средства и методы адаптивной				28			

	физической культуры.						
<b>4</b>	<b>Раздел 2. Волонтерское движение</b>		<b>2</b>		<b>100</b>		
<b>5</b>	Тема 2.1. Общее ознакомление с волонтерской деятельностью.		2		12		
<b>6</b>	Тема 2.2. Психологические аспекты деятельности волонтеров.				12		
<b>7</b>	Тема 2.3. Организационно-методические особенности работы волонтеров.				20		
<b>8</b>	Тема 2.4. Особенности работы волонтеров на мероприятиях для лиц с ПОДА.				14		
<b>9</b>	Тема 2.5. Особенности работы волонтеров на мероприятиях для лиц с нарушением интеллекта				18		
<b>10</b>	Тема 2.6. Особенности работы волонтеров на мероприятиях для лиц с сенсорными нарушениями.				12		
<b>11</b>	Тема 2.7. Особенности работы волонтеров в специализированных детских домах.				12		
<b>Итого:144</b>			<b>4</b>		<b>140</b>		

3

курс

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семес тр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)  Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занят ия лекци онног	Занятия семинар ского	Сам осто ятел ьная	Конт роль	

			о типа	типа	рабо та		
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Введение в специальность</b>		<b>4</b>		<b>140</b>		
<b>2</b>	1.1. Общее ознакомление с игрой с настольный теннис. Правила, судейство, специализированный инвентарь.	5	2		10		
<b>3</b>	1.2. Методика начального обучения настольному теннису.	5	2		10		
<b>4</b>	1.2.1. Особенности начального обучения для людей с патологией слуха.	5			10		
<b>5</b>	1.2.2. Особенности начального обучения для слабовидящих.	5			12		
<b>6</b>	1.2.3. Особенности начального обучения для людей с ДЦП.	5			12		
<b>7</b>	1.2.4. Особенности начального обучения для спортсменов на колясках.	6			18		
<b>8</b>	1.3. Освоение основных приемов игры в настольный теннис - атакующих, защитных ударов, "подкручивание" мяча.	6			24		
<b>9</b>	1.4. Освоение различных схем действия в защите и нападении.	6			18		
<b>10</b>	1.5. Тактическая подготовка в настольном теннисе. Проведение соревнований.	6			12		
<b>11</b>	1.6. Специальные подготовительные упражнения для успешной игры в настольный теннис.	6			14		
<b>Итого: 144</b>			<b>4</b>		<b>140</b>		

4

курс

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семе стр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)  Форма промежуточной

							аттестаци и (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Использование тренажёров в практической работе с инвалидами</b>	7	2		70		
<b>2</b>	1. Виды тренажеров, особенности их использования. Силовые и аэробные тренажеры.	7	2				
<b>3</b>	2. Техника безопасности при работе на тренажерах.	7			12		
<b>4</b>	3. Тренажеры для мышц верхнего плечевого пояса. Техника выполнения упражнений.	7			8		
<b>5</b>	4. Тренажеры для мышц ног и туловища. Техника выполнения упражнений.	7			6		
<b>6</b>	5. Дозировка и режимы занятий в тренажерном зале.	7			10		
<b>7</b>	6. Круговая тренировка с использованием тренажерных устройств	7			12		
<b>8</b>	7. Различные виды построения программ занятий на тренажерах.	7			4		
<b>9</b>	8. Занятия на тренажерах как составная часть программы реабилитации детей с аутизмом.	7			8		
<b>10</b>	9. Особенности занятий на аэробных тренажерах. Дозировка и режимы занятий.	7			6		
<b>11</b>	10. Сочетание занятий с использованием силовых и аэробных тренажеров.	7			4		
<b>12</b>	<b>Раздел 2. Технологии АДР</b>	8	2		70		
<b>13</b>	1. Виды физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.	8			4		

14	2. Методика подготовки и проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.	8	2		12		
15	3. Инвентарь, применяемый для проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.	8			8		
16	4. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в черте города.	8			12		
17	5. Рекреативные мероприятия за городом. Однодневные и более длительные мероприятия.	8			10		
18	6. Зимние праздники – организация тематических рекреационно-спортивных мероприятий.	8			6		
19	7. Летние праздники – организация тематических рекреационно-спортивных мероприятий.	8			6		
20	8. Весенние праздники – организация тематических рекреационно-спортивных мероприятий.	8			6		
21	9. Осенние праздники – организация тематических рекреационно-спортивных мероприятий.	8			6		
<b>Итого: 144</b>			<b>4</b>		<b>140</b>		

5

курс

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)  Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	

			типа	типа			
<b>1</b>	1.1. Общее знакомство с игрой хоккей на полу. Правила игры. Площадка, команды и судейство.	9	2		12		
<b>2</b>	1.2. Инвентарь для игры.	9			4		
<b>3</b>	1.3. Ознакомление с методикой начального обучения хоккею на полу. Этапы обучения, основные принципы и последовательность. Обучение основным двигательным навыкам.	9	2		8		
<b>4</b>	1.4. Методика обучения владению клюшкой. Техника бросков по воротам в различных игровых ситуациях.	9			4		
<b>5</b>	1.5. Работа с мячом в процессе игры: владение мячом, ведение мяча, передачи.	9			6		
<b>Итого: 36</b>			<b>2</b>		<b>34</b>		<b>Зачет</b>
<b>Итого за всё время обучения: 468</b>			<b>12</b>		<b>454</b>		

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.01 «Социальные факторы адаптивной физической культуры»**

49.03.02      Направление подготовки/специальность:  
«Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная, заочная

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
теории и методики адаптивной физической культуры  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

**Составители:**

Рубцова Наталия Олеговна – к.п.н., профессор, зав. кафедрой ТиМ АФК  
Рубцов Алексей Валерьевич - к.п.н., доцент ТиМ АФК

**Рецензент:**

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)



## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины (модуля) курса по выбору *«Социальные факторы адаптивной физической культуры»* является: формирование у студентов системы взглядов, отражающих понимание АФК как социального явления и института, обеспечивающего интеграцию в общество лиц с ограниченными возможностями на основе стремления к укреплению и сохранению здоровью как приоритетной ценности и универсальному ресурсу.

Дисциплина (модуль) *«Социальные факторы адаптивной физической культуры»* реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Б1.В.01

*(Указывается блок и часть ООП (ОПОП), к которым относится данная дисциплина (модуль), в том числе элективная/факультативная)*

*Дисциплина «Социальные факторы адаптивной физической культуры»* является обязательной дисциплиной вариативной части модуля профильных дисциплин.

*Дисциплина «Социальные факторы адаптивной физической культуры»* взаимосвязана с дисциплинами гуманитарного, социального и экономического цикла, вариативная часть: *«Теоретико-методические основы адаптивного физического воспитания»*, *«Комплексная реабилитация больных и инвалидов»*, *«Социальная защита инвалидов»*.

Освоение дисциплины *«Социальные факторы адаптивной физической культуры»* предшествует и необходимо для изучения таких теоретических дисциплин профессионального цикла вариативной части, как *«Технологии физкультурно-спортивной деятельности»*, *«Теория и организация адаптивной физической культуры»*, *«Технологии АФВ лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата»*, *«Технологии АФВ лиц с нарушениями психического развития»*, *«Технологии АФВ лиц с сенсо-речевыми нарушениями»*.

## **3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		наименование	Очная форма обучения	Ускоренная форма обучения
<b>1</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<b>УК-3</b>	<b>Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде</b>	<b>1</b>		<b>1</b>
УК-3.1.	Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия			
УК-3.2.	Умеет устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе	1		1
УК-3.3.	Применяет основные методы и нормы социального взаимодействия для реализации своей роли и взаимодействия внутри команды.	1		1

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

очная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Раздел 1. АФК как социальное явление	1	6	6	20		

<b>Тема 1.1.</b> Социальная природа АФК.		2	2	6		
<b>Тема 1.2.</b> Социальная адаптация как механизм взаимодействия личности и социальной среды.		2	2	6		
<b>Тема 1.3</b> Место и роль адаптивной физической культуры в системе социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.		2	2	8		
<b>Раздел 2.АФК в системе социальных институтов современного общества</b>		<b>4</b>	<b>16</b>	<b>20</b>		
<b>Тема 2.1.</b> АФК как интегративный социальный институт.		2	4	4		
<b>Тема 2.2.</b> Организация внеклассной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.		2	4	6		
Тема 2.3. Концепция развития адаптивной физической культуры и спорта в современном обществе			4	6		
<b>Итого: 72</b>		<b>10</b>	<b>22</b>	<b>40</b>		<b>Зачет</b>

### Заочная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Раздел 1. АФК как социальное явление</b>	1	2	2	12		

<b>Тема 1.1.</b> Социальная природа АФК.	1	2		2		
<b>Тема 1.2.</b> Социальная адаптация как механизм взаимодействия личности и социальной среды.	1		2	4		
<b>Тема 1.3</b> Место и роль адаптивной физической культуры в системе социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.	1			6		
<b>Раздел 2.АФК в системе социальных институтов современного общества</b>	1		<b>4</b>	<b>52</b>		
<b>Тема 2.1.</b> АФК как интегративный социальный институт.	1		2	12		
<b>Тема 2.2.</b> Организация внеклассной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.	1		2	24		
Тема 2.3. Концепция развития адаптивной физической культуры и спорта в современном обществе	1			16		
<b>Итого: 72</b>		<b>2</b>	<b>6</b>	<b>64</b>		<b>Зачет</b>

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Темы рефератов, мультимедийных презентаций и контрольных работ**

- 1.АФВ как основа для формирования здорового образа жизни.
- 2.Проблема спортизации адаптивной физической культуры
- 3.Физическое совершенство для лиц с отклонениями в состоянии здоровья

4. Адаптивная физическая культура как фактор комплексной трансформации человека
5. Адаптивная физическая культура личности и общества.
6. Адаптивная физическая культура как социальный интегративный институт
7. Социальная миссия АФК в системе общего и специального образования.
8. Интегративные программы в АФК
9. Адаптивная физическая культура в системе социальной защиты населения.
10. АФК в системе профессиональной реабилитации и трудоустройства инвалидов.
11. Физкультурно-оздоровительная работа среди трудящихся инвалидов и ее социальное значение.

### **Контрольные вопросы для самопроверки знаний**

1. Социальные барьеры и барьеры среды для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
  2. Понятие социальной адаптации.
  3. Понятие «социального института».
  4. Виды социальных институтов.
  5. Понятие «институализированных средств адаптации».
  6. Цель социальной адаптации.
  7. Задачи социальной адаптации.
  8. Социальные функции АФК.
  9. Понятие «физического имиджа»
  10. Категории ограничения жизнедеятельности.
- Виды социальной недостаточности.

### **Примерный перечень вопросов к зачету:**

1. Понятие социальной среды. Влияние социальной среды на процесс адаптации лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
2. Социальные функции АФК.
3. Понятие равных возможностей и равной ответственности.
4. Понятие социальной адаптации.
5. Цель социальной адаптации.
6. Задачи социальной адаптации.
7. Типы адаптации в обществе.
8. Критерии адаптации в обществе.
9. Различные стратегии социальной адаптации лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
10. Социальная адаптация в коллективе.
11. Понятие «социальной роли».
12. Социальная сущность понятия «инвалидности».
13. Модели инвалидности.

14. Категории ограничения жизнедеятельности.
15. Виды социальной недостаточности и их характеристика.
16. Понятие «социального института». Виды социальных институтов.
17. Адаптивная физическая культура в системе социальной защиты населения.
18. АФК в системе профессиональной реабилитации и трудоустройства инвалидов.
19. Физкультурно-оздоровительная работа среди трудящихся инвалидов.
20. АФК в системе общего и специального образования.
21. Интегративные программы в АФК как форма социализации.
22. Формирование стремления к физическому совершенству среди людей с различным уровнем двигательных возможностей.
23. Информационно-методическое обеспечение как основа формирования адаптивной физической культуры личности и продуктивного использования материально-технической базы физической культуры различными категориями населения.
24. Оптимизации индивидуального двигательного режима человека как фактор социализации.
25. Проблема сохранения актуального уровня здоровья при занятиях физическими упражнениями лицами с отклонениями в состоянии здоровья.
26. Транспортные, средовые, социальные и экономические барьеры спортивной инфраструктуры для людей с различными физическими кондициями.
27. Понятие «режимов социальной активности».
28. Проблема «спортизации» адаптивной физической культуры

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Социальные факторы адаптивной физической культуры».**

а) Основная литература:

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учеб. пособие для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 034300.62 : рек. УМО высш. учеб. заведений РФ по образованию в обл. физ. культуры / под общ. ред. д-ра пед. наук, проф. С.П. Евсеева. - М.: Сов. спорт, 2014. - 297 с.: ил.
2. Балашова В.Ф. Компетентность специалиста по адаптивной физической культуре: монография / В.Ф. Балашова. - М.: физ. Культура, 2008. - 243 с.: табл.

3. Зверева Н.Ю. Тренинг социальной адаптации для людей с ограниченными возможностями / Надежда Зверева. - СПб.: Речь, 2008. - 174 с.
4. Роль адаптивной физической культуры в создании безбарьерной среды жизнедеятельности инвалидов, науч. конф (2007; Москва). Научная конференция «Роль адаптивной физической культуры в создании безбарьерной среды жизнедеятельности инвалидов», 15-16 марта 2007 г. : докл. / Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма.- М., 2007.-227 с.: табл.
5. Теория и организация адаптивной физической культуры: [в 2 т.]: учеб. Для студентов вузов, обучающихся по специальности 032102 и студентов техникумов и колледжей, обучающихся по специальности 050721: доп. федер. агенством по физ. культуре и спорту. Т. 1. Введение в специальность. История и общ. характеристика адапт. физ.культуры / ред. Евсеев С.П. - М.: сов. Спорт, 2005. 291 с.: ил.
6. Тригер Р.Д. Психологические особенности социализации детей с задержкой психического развития / Р.Д. Тригер. - М.; Спб.: Питер, 2008. 190 с.: ил.
7. Харченко Л.В. Социальная защита инвалидов: [учеб, пособие] /Л.В. Харченко; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. Омск: [Изд-во СибГУФК], 2009. 137 с.: рис., табл.
8. Хода Л.Д. Социальная интеграция детей с нарушениями слуха в различных видах адаптивной физической культуры: учеб. Пособие для студентов, обучающихся по специальности 032102 рке. РОУМО ДВ РУМЦ / Л.Д. Хода; Федер. агенство по образованию Гос. образоват. Учреждение высш. Проф. Образования « Якут. Гос. ун-т.Им. М.К. аммосова» Техн. Ин-т (фил.) в г. Нерюнгри. - Нерюнгри: [Техн. ин-т (ф) «ЛГУ»], 2008.-134 с.

б) Дополнительная литература:

1. Ю.Андреева Г.М. Психология социального познания. - М., 2000.
2. Бабосов Е. Адаптация инвалидов и социальных групп к трансформирующим процессам постсоветского общества // Социально-экономические проблемы переходного общества: из практики стран СНГ. - М., 2000. - С.325-336.
3. Васильева Н.В. Социологические концепции инвалидности // Социологический сборник. - Вып. 7. - М.: Социум, 2000. - С. 51.
4. Дворцова Е.В., Дружилов С.А., Адаптивный личностный потенциал как фактор вторичной адаптации // Непрерывное образование как условие развития творческой личности. - Новокузнецк, 2001. - С. 164-166.
5. Дементьева Н.Ф., Пузин С.Н. Технология социально-бытовой реабилитации инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата // Медико-социальная экспертиза и реабилитация. - 2000. - № 2. - С.3-5.
6. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : [учебник] / С.П. Евсеев .— 2-е изд., стер. — Москва : Спорт, 2020 .— 617

с. — (Адаптивная физическая культура и спорт)  
<https://lib.rucont.ru/efd/734822>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

a. Операционная система – Microsoft Windows.

b. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.

c. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

d. Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

e. Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>

f. Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>

g. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>

h. Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>

a. Адаптивная физическая культура <https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Для успешного формирования знаний по курсу «Социальные факторы адаптивной физической культуры» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, лабораторной, практической и научно-исследовательской работы обучающихся.



Перечень необходимого материально-технического обеспечения для успешного формирования знаний по дисциплине «Социальные факторы адаптивной физической культуры» включает в себя современную лабораторию с приборами, позволяющими оценивать морфо-функциональное состояние организма (показатели дыхания, динамометрию, гониометрию и др.), стенды и оборудование, спортивные залы, а также базовую кафедру с соответствующим инвентарём и оборудованием.

*Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)*

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) Социальные факторы адаптивной физической культуры \_\_\_ для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса (очного обучения), 1 курса (заочного обучения), направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная физическая культура» направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание очной и заочной формам обучения.**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр (очное), 1 семестр (заочное),

Форма промежуточной аттестации: *Зачет*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максим. кол-во баллов
1	Семинар на тему: «Физическое совершенство для лиц с отклонениями в состоянии здоровья»	<i>2-я неделя</i>	30
2	Семинар на тему: «Адаптивная физическая культура как социальный интегративный институт»	<i>15-я неделя</i>	30
3	<i>Посещение занятий</i>	<i>Весь период</i>	<i>20x1=20</i>
4	<i>Зачет по дисциплине</i>		20
<b>Итого</b>			<b>100 баллов</b>

*\*примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

**Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максим. кол-во баллов</b>
1	Контрольная работа на тему: «Физическое совершенство для лиц с отклонениями в состоянии здоровья»	35
2	Контрольная работа на тему: «Адаптивная физическая культура как социальный интегративный институт»	35
3	Реферат на тему: «Интегративные программы в АФК»	30
<b>Итого</b>		<b>100 баллов</b>

**Для студентов заочной формы обучения**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля</b>	<b>Максим. кол-во баллов</b>
1	Тестирование «АФК в системе социальных институтов современного общества»	20
2	Контрольная работа «Критерии адаптации лиц с отклонениями в состоянии здоровья в современном обществе»	20
3	Составление плана-графика на четверть	20
4	Реферат «Физическая культура как социальный интегративный институт»	20
5	Сдача зачета	20
<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

**III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

**V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего  
контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**АННОТАЦИЯ**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.01 «Социальные факторы адаптивной физической культуры»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:  
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
«Адаптивная физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетных единицы.

**2.Семестр (ы) освоения дисциплины (модуля): 1** (очная, заочная формы)

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** формирование у студентов системы взглядов, отражающих понимание АФК как социального явления и института, обеспечивающего интеграцию в общество лиц с ограниченными возможностями на основе стремления к укреплению и сохранению здоровью как приоритетной ценности и универсальному ресурсу.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Ускоренная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-3	<i>Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде</i>	1		1
УК-3.1.	Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия			
УК-3.2.	Умеет устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе	1		1
УК-3.3.	Применяет основные методы и нормы социального взаимодействия для реализации своей роли и взаимодействия внутри команды.	1		1

**5.Краткое содержание дисциплины (модуля):**

**Очная форма обучения**

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Раздел 1. АФК как социальное явление</b>	1	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>20</b>		
<b>Тема 1.1.</b> Социальная природа АФК.		2	2	6		
<b>Тема 1.2.</b> Социальная адаптация как механизм взаимодействия личности и социальной среды.		2	2	6		
<b>Тема 1.3</b> Место и роль адаптивной физической культуры в системе социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.		2	2	8		
<b>Раздел 2.АФК в системе социальных институтов современного общества</b>		<b>4</b>	<b>16</b>	<b>20</b>		
<b>Тема 2.1.</b> АФК как интегративный социальный институт.		2	4	4		
<b>Тема 2.2.</b> Организация внеклассной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.		2	4	6		
Тема 2.3. Концепция развития адаптивной физической культуры и спорта в современном обществе			4	6		
<b>Итого: 72</b>		<b>10</b>	<b>22</b>	<b>40</b>		<b>Зачет</b>

**Заочная форма обучения**

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Раздел 1. АФК как социальное явление</b>	1	2	2	12		
<b>Тема 1.1.</b> Социальная природа АФК.	1	2		2		
<b>Тема 1.2.</b> Социальная адаптация как механизм взаимодействия личности и социальной среды.	1		2	4		
<b>Тема 1.3</b> Место и роль адаптивной физической культуры в системе социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.	1			6		
<b>Раздел 2. АФК в системе социальных институтов современного общества</b>	1		4	52		
<b>Тема 2.1.</b> АФК как интегративный социальный институт.	1		2	12		
<b>Тема 2.2.</b> Организация внеклассной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.	1		2	24		
<b>Тема 2.3.</b> Концепция развития адаптивной физической культуры и спорта в современном обществе	1			16		
<b>Итого: 72</b>		<b>2</b>	<b>6</b>	<b>64</b>		<b>Зачет</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.В.02 «Теоретико-методические основы адаптивного физического  
воспитания»

49.03.02      Направление подготовки/специальность:  
«Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.



Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивной физической культуры  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Составители:

Рубцова Наталия Олеговна – к.п.н., профессор, зав. кафедрой ТиМ АФК

Рубцов Алексей Валерьевич - к.п.н., доцент ТиМ АФК

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Теоретико-методические основы адаптивного физического воспитания» является: формирование профессиональных представлений об истории, становлении системы адаптивного физического воспитания, основных теоретико-методологических подходах и предпосылках развития АФВ в современном обществе, расширение профессионального мировоззрения о роли и месте АФВ в системе реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.

Дисциплина (модуль) «*Теоретико-методические основы адаптивного физического воспитания*» реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Б1.В.02

---

*(Указывается блок и часть ООП (ОПОП), к которым относится данная дисциплина (модуль), в том числе  
элективная/факультативная)*

Программа дисциплины «***Теоретико-методические основы адаптивного физического воспитания***» включена в базовый цикл (Б.1) вариативной части (В) обязательных дисциплин (ОД) основной образовательной программы Б.1.В.02 (очно/заочная форма) составлена в соответствии с требованиями третьего ФГОС ВО с учетом рекомендаций и ПрООП ВО по направлению подготовки «*Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)*», профилю «*Адаптивное физическое воспитание*».

Содержание дисциплины обеспечивает ее сопряжение общенаучным и профессиональным циклам учебного плана подготовки бакалавра по ФГОС ВО 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура).

Междисциплинарные связи осуществляются в процессе освоения материала по предметам *Социальная защита инвалидов*, *Комплексная реабилитация больных и инвалидов*.

В соответствие с этим, программа дисциплины «Теоретико-методические основы адаптивного физического воспитания» является интегрирующей, формирующей профессиональные компетентности бакалавра по адаптивной физической культуре, преимущественная деятельность которого связана с физкультурно-оздоровительной, коррекционно-развивающей, тренировочно-соревновательной деятельностью с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

1. Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	<i>Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</i>	1		1
ПК-1.1.	Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья,	1		1

	<p>занимающихся адаптивной физической культурой;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья</li> </ul>			
ПК-1.2.	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;</li> <li>- формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций;</li> <li>- планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида;</li> <li>- демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре;</li> <li>- осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно- досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения корректировке планов названных мероприятий</li> </ul>	1		1
ПК-1.3.	<p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> </ul> <p>комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастнополовых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; - контроля и оперативной коррекции выполнения</li> </ul>	1		1

	двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами			
--	--	--	--	--

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы, \_\_\_72\_ академических часа.

\_\_\_очная\_\_\_ форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Раздел I. Введение в специальность.</b>	1	2	4	4		
2	Тема 1.1. Адаптивное физическое воспитание как учебная и научная дисциплина. Концептуальные основы АФВ.	1	2	2	2		
3	Тема 1.2. Понятие «гипокинезия» и «гиподинамия». Адаптация.	1		2	2		
4	<b>Раздел II. Структура и содержание АФВ.</b>	1	8	8	14		
5	Тема 2.1. Понятие, цели, задачи и терминология	1	2	2	2		

	АФВ.						
6	Тема 2.2. Основные положения, формы и средства АФВ.	1	2	2	4		
7	Тема 2.3. Общие и специальные методические принципы АФВ.	1	2	2	4		
8	Тема 2.4. Функции и факторы коррекционно-развивающего воздействия АФВ.	1	2	2	4		
9	<b>Раздел III. Организационно-методические основы АФВ.</b>	1	2	12	18		
10	Тема 3.1. Организация и методы адаптивного физического воспитания.	1	2	6	8		
11	Тема 3.2. Требования к программам АФВ для различных категорий инвалидов. Портрет специалиста АФВ.	1		6	10		
<b>Итого часов: 72</b>			<b>12</b>	<b>24</b>	<b>36</b>		<b>Зачет</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Раздел I. Введение в специальность.</b>	1	2	2	24		
2	Тема 1.1. Адаптивное физическое воспитание как учебная и научная дисциплина. Концептуальные основы АФВ.	1	1	1	12		
3	Тема 1.2. Понятие	1	1	1	12		

	«гипокинезия» и «гиподинамия». Адаптация.						
<b>4</b>	<b>Раздел II. Структура и содержание АФВ.</b>	<b>1</b>		<b>4</b>	<b>30</b>		
<b>5</b>	Тема 2.1. Понятие, цели, задачи и терминология АФВ.	1		2	10		
<b>6</b>	Тема 2.2. Основные положения, формы и средства АФВ.	1			10		
<b>7</b>	Тема 2.3. Общие и специальные методические принципы АФВ.	1			4		
<b>8</b>	Тема 2.4. Функции и факторы коррекционно-развивающего воздействия АФВ.	1		2	6		
<b>9</b>	<b>Раздел III. Организационно-методические основы АФВ.</b>	<b>1</b>			<b>10</b>		
<b>10</b>	Тема 3.1. Организация и методы адаптивного физического воспитания.	1			6		
<b>11</b>	Тема 3.2. Требования к программам АФВ для различных категорий инвалидов. Портрет специалиста АФВ.	1			4		
<b>Итого часов: 72</b>			<b>2</b>	<b>6</b>	<b>64</b>	<b>Зачет</b>	

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Темы рефератов, мультимедийных презентаций и контрольных работ**

1. Роль АФВ в Российской системе физического воспитания.

2. Адаптивное физическое воспитание в системе интегрированного образования детей дошкольного возраста.
3. Адаптивное физическое воспитание в системе интегрированного образования детей школьного возраста.
4. Адаптивное физическое воспитание в специализированных дошкольных учреждениях для слепых и слабовидящих детей.
5. Адаптивное физическое воспитание в специализированных дошкольных учреждениях для глухих и слабослышащих детей.
6. Адаптивное физическое воспитание в специализированных дошкольных учреждениях для детей с ЗПР.
7. Адаптивное физическое воспитание в специализированных дошкольных учреждениях для детей с УО.
8. Адаптивное физическое воспитание в специализированных дошкольных учреждениях для детей с ПОДА.
9. Адаптивное физическое воспитание в специализированных дошкольных учреждениях для детей с нарушением речи.
10. Адаптивное физическое воспитание в специализированных учреждениях для слепых и слабовидящих детей школьного возраста.
11. Адаптивное физическое воспитание в специализированных учреждениях для глухих и слабослышащих детей школьного возраста.
12. Адаптивное физическое воспитание в специализированных учреждениях для детей с ЗПР школьного возраста.
13. Адаптивное физическое воспитание в специализированных учреждениях для детей с умственной отсталостью школьного возраста.
14. Адаптивное физическое воспитание в специализированных учреждениях для детей с ПОДА школьного возраста.
15. Адаптивное физическое воспитание в специализированных учреждениях для детей с нарушением речи школьного возраста.
16. Адаптивное физическое воспитание в специализированных учреждениях для детей с аутизмом.
17. Адаптивное физическое воспитание в специализированных учреждениях для детей с девиантным поведением.
18. Адаптивное физическое воспитание в системе здравоохранения.
19. Адаптивное физическое воспитание в системе социальной защиты.

**Примерный перечень вопросов к зачету по курсу дисциплины**  
***«Теоретико-методические основы адаптивного физического воспитания»***

1. Цель учебного предмета «адаптивное физическое воспитание»,
2. Задачи и содержание предмета АФВ.
3. Предпосылки развития современной системы адаптивной физической культуры.
4. Понятие «гипокинезии» и «гиподинамии». Факторы влияния на организм
5. Общая и локальная «гипокинезия и гиподинамия.



6. Особенности специфического влияния гипокинезии и гиподинамии на организм лиц с отклонениями в состоянии здоровья
7. Понятие адаптации Структурный след адаптации
- 8.. Генотипическая и фенотипическая адаптация. Понятие гомеостаза.
9. Теория стресса Г. Селье. Болезни адаптации
10. Понятие адаптивного физического воспитания. Цель адаптивного физического воспитания..
11. Задачи АФВ. Образовательные задачи. Коррекционные задачи. Оздоровительные задачи. Воспитательные задачи
12. Терминология адаптивного физического воспитания.
13. Основные положения адаптивного физического воспитания.
14. Структура и содержание различных форм АФВ
15. Типы занятий в АФВ.
16. Общие методические принципы в АФВ.
17. Специальные методические принципы в АФВ.
18. Двигательная активность, как ведущий фактор коррекционно-развивающего воздействия АФВ.
19. Общая направленность и комплексность воспитательных и восстановительных воздействий.
20. Реализация функций АФВ в работе с аномальными детьми, подростками, молодыми инвалидами и взрослыми
21. Педагогические функции АФВ.
22. Социальные функции АФВ.
23. Организация АФВ в системе образования
24. Организация АФВ в системе социальной защиты
25. Методическое обеспечение коррекционной и восстановительной работы в АФВ.
26. Направленность и требования к программам АФВ.
27. Индивидуализация программ в АФВ.
28. Уровни развивающих, обучающих и восстановительных программ.
29. Деятельность специалиста по АФВ. Компетенции специалиста по АФВ..
30. Профессиональные и личностные качества специалиста по АФВ.

### **Контрольные вопросы для самопроверки знаний**

1. Какова основная цель адаптивного физического воспитания?
2. Какие основные задачи решает адаптивное физическое воспитание?
3. Основные терминологические понятия АФВ.
4. Перечислите функции АФВ.
5. Перечислите общие и специальные принципы АФВ.
6. Какие формы АФВ вы знаете?
7. Какие средства АФВ вы знаете?
8. Какие методы используются в АФВ?
9. Какие уровни развивающих и обучающих программ существуют?
10. Особенности организации АФВ в системе социальной защиты, в системе здравоохранения.

11. Адаптивное физическое воспитание в России.
12. Адаптивное физическое воспитание в Европейской культуре.
13. Физическая нагрузка как вариант адаптогена. Физическое упражнение как структурная единица адаптации
14. Оценка функционального состояния организма инвалида и резервных возможностей его функциональных систем
15. Двигательная активность и её социальное значение

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

а) Основная литература:

- б) Демирчоглян Г.Г., Демирчоглян А.Г. Специальная физическая культура для слабовидящих школьников.- М.: Советский спорт, 2000.- 160 с.
- в) Евсеев С.П., Курдыбайло С.Ф., Морозова О.В., Солодков А.С. Адаптивная физическая культура и функциональное состояние инвалидов: Учебное пособие. /Под ред. С.П. Евсеева и А.С. Солодкова. – СПб: СПбАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2006. – 95 с.
- г) Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учебн. пособие.- М.: Советский спорт, 2000.- 240 с.
- д) Плаксунова Э.В. Организация АФВ детей дошкольного возраста с нарушениями развития двигательной сферы (учебное пособие). М., 2007. – 48.
8. Чудная Р.В. Адаптивное физическое воспитание. – Киев, Наукова думка, 2000

б) Дополнительная литература:

1. Головчиц Л.А. Дошкольная сурдопедагогика: Воспитание и обучение дошкольников с нарушениями слуха: Учебн. пособие для студ. высш. учеб. заведений.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.- 304 с.
2. Дмитриев В.С. Адаптивное физическое воспитание в аспекте культуры здоровья инвалидов. /Материалы объединенной конференции «Адаптивная физическая культура в медицинской реабилитации и социализации инвалидов» и «Физическая культура и спорт среди инвалидов». - СПб., 2001. - С.28.
3. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура – физическая культура для инвалидов и лиц с ограниченными функциональными возможностями //Теория и практика адаптивной физической культуры: Материалы науч.-практ конф. /Под ред. Г.А Щуревича, С.П. Евсеева, В.В. Трунина. - СПбГАФК им П.Ф. Лесгафта, 1996. - С.4-6.

4. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура (цель, содержание, место в системе знаний о человеке) // Теория и практика физической культуры, - 1998. - №1. - С.2-7.
5. Логинов А.А. Методические приемы повышения физической активности инвалидов // Тезисы докладов научно-практической конференции, посвященной 60-летию университета - Пенза: ПГПУ, 1999. – С.118-119.
6. Материалы объединенной конференции «Адаптивная физическая культура в медицинской реабилитации и социализации инвалидов» и «Физическая культура и спорт среди инвалидов». – СПб., 2001г.
7. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : [учебник] / С.П. Евсеев .— 2-е изд., стер. — Москва : Спорт, 2020 .— 617 с. — (Адаптивная физическая культура и спорт) .  
<https://lib.rucont.ru/efd/734822>
8. Бегидова, Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 191 с. — (Профессиональное образование).  
<https://urait.ru/bcode/515130>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

–программное обеспечение дисциплины:

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

1. <http://lib.sportedu.ru/> Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту

2. <http://lib.sportedu.ru/> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU  
–<http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>  
–современные профессиональные базы данных и информационные справочные:

- Электронно-библиотечная система РУКОНТ <https://lib.rucont.ru/>
- ЭБС ЮРАЙТ <https://urait.ru/library/uchebniki-dlya-vuzov/po-ugs/49-00-00-fizicheskaya-kultura-i-sport/49-03-02-fizicheskaya-kultura-dlya-lic-s-otkloneniymi-v-sostoyanii-zdorovya-adaptivnaya-fizicheskaya-kultura>
- Информационный портал «Информо» <https://www.informio.ru/>
- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования  
<https://fgosvo.ru/>
- Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>
- Реестр профстандартов Минтруда РФ  
<https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>
- Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия  
<https://www.garant.ru/>
- Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
- Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabcdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>
- Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>
- Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
- Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
- Координационные советы по областям образования  
<https://fgosvo.ru/ksumo/index>
- Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА <http://rusada.ru/>
- Информационный портал «Информо» <https://www.informio.ru/>
- Государственная информационная система «Спорт» <https://sportrf.gov.ru/>
- Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>

- Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных  
<https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
- Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
- Адаптивная физическая культура  
<https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Для успешного формирования знаний по курсу *«Теоретико-методические основы адаптивного физического воспитания»* при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая персональный компьютер, проектор, экран, ученическую доску, комплекты аудиторной мебели.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Теоретико-методические основы адаптивного физического воспитания» для обучающихся института ИТРРиФ, 1 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание

очная, заочная, ускоренная форма (м) обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр (очное), 1 семестр (заочное).

Форма промежуточной аттестации: *зачет*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре «Концептуальные основы АФВ».	3 неделя	10*
2	Тестирование «Принципы, формы, средства, методы АФВ»	10 неделя	10*
3	Написание реферата по теме «Организация АФВ в учреждениях образования, здравоохранения, соцзащиты».	16 неделя	20*
4	Презентация на тему «Факторы коррекционно-развивающего воздействия АФВ»	20 неделя	10*
5	Посещение занятий	В течение семестра	3 балла x 1 занятие = 30 баллов
	<b>Зачет по дисциплине</b>		<b>20*</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

\*примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»

**Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине**

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу(модулю) «Концептуальные основы АФВ».	10
2	Контрольная работа по разделу(модулю) «Принципы, формы, средства, методы АФВ»	10
3	Написание реферата по теме «Организация АФВ в учреждениях образования, здравоохранения, соцзащиты».	20
4	Презентация на тему «Факторы коррекционно-развивающего воздействия АФВ»	10

**Для студентов заочной и ускоренной формы обучения**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля</b>	<b>Максим. кол-во баллов</b>
1	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Концептуальные основы АФВ».</i>	20
2	<i>Тестирование «Принципы, формы, средства, методы АФВ»</i>	20
3	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Гипокинезия, гиподинамия и адаптация»</i>	15
4	<i>Реферат «Организация АФВ в системе образования, здравоохранения и социальной защиты»</i>	25
5	<i>Сдача зачета</i>	20
<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**АННОТАЦИЯ**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

*«Б1.В.02 Теоретико-методические основы адаптивного физического воспитания»*

Направление подготовки/специальность:  
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.



1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетных единицы.
2. **Семестр (ы) освоения дисциплины (модуля):** 1 (очная, заочная формы)
3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** является формирование профессиональных представлений об истории, становлении системы адаптивного физического воспитания, основных теоретико-методологических подходах и предпосылках развития АФВ в современном обществе, расширение профессионального мировоззрения о роли и месте АФВ в системе реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

1. Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	<i>Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</i>	1		1
ПК-1.1.	<i>Знает:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании</li> <li>- современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья,</li> </ul>	1		1

	<p>занимающихся адаптивной физической культурой;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья</li> </ul>			
ПК-1.2.	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;</li> <li>- формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций;</li> <li>- планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида;</li> <li>- демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре;</li> <li>- осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно- досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения корректировке планов названных мероприятий</li> </ul>	1		1
ПК-1.3.	<p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> </ul> <p>комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастнополовых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; - контроля и оперативной коррекции выполнения</li> </ul>	1		1

	двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами			
	с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.			
ПК-1.2.	Умеет: - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;	1		1
ПК-1.3.	Имеет опыт: - проведения занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания	1		1

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Раздел I. Введение в специальность.</b>	1	2	4	4		
2	Тема 1.1. Адаптивное физическое воспитание как учебная и научная дисциплина. Концептуальные основы АФВ.	1	2	2	2		
3	Тема 1.2. Понятие «гипокинезия» и «гиподинамия». Адаптация.	1		2	2		
4	<b>Раздел II. Структура и содержание АФВ.</b>	1	8	8	14		
5	Тема 2.1. Понятие, цели, задачи и терминология АФВ.	1	2	2	2		

6	Тема 2.2. Основные положения, формы и средства АФВ.	1	2	2	4		
7	Тема 2.3. Общие и специальные методические принципы АФВ.	1	2	2	4		
8	Тема 2.4. Функции и факторы коррекционно-развивающего воздействия АФВ.	1	2	2	4		
9	<b>Раздел III. Организационно-методические основы АФВ.</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	<b>18</b>		
10	Тема 3.1. Организация и методы адаптивного физического воспитания.	1	2	6	8		
11	Тема 3.2. Требования к программам АФВ для различных категорий инвалидов. Портрет специалиста АФВ.	1		6	10		
<b>Итого часов: 72</b>			<b>12</b>	<b>24</b>	<b>36</b>		<b>Зачет</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа		
1	<b>Раздел I. Введение в специальность.</b>	1	2	2	24		
2	Тема 1.1. Адаптивное физическое воспитание как учебная и научная дисциплина. Концептуальные основы АФВ.	1	1	1	12		

<b>3</b>	Тема 1.2. Понятие «гипокинезия» и «гиподинамия». Адаптация.	1	1	1	12		
<b>4</b>	<b>Раздел II. Структура и содержание АФВ.</b>	<b>1</b>		<b>4</b>	<b>30</b>		
<b>5</b>	Тема 2.1. Понятие, цели, задачи и терминология АФВ.	1		2	10		
<b>6</b>	Тема 2.2. Основные положения, формы и средства АФВ.	1			10		
<b>7</b>	Тема 2.3. Общие и специальные методические принципы АФВ.	1			4		
<b>8</b>	Тема 2.4. Функции и факторы коррекционно-развивающего воздействия АФВ.	1		2	6		
<b>9</b>	<b>Раздел III. Организационно-методические основы АФВ.</b>	<b>1</b>			<b>10</b>		
<b>10</b>	Тема 3.1. Организация и методы адаптивного физического воспитания.	1			6		
<b>11</b>	Тема 3.2. Требования к программам АФВ для различных категорий инвалидов. Портрет специалиста АФВ.	1			4		
<b>Итого часов: 72</b>			<b>2</b>	<b>6</b>	<b>64</b>	<b>Зачет</b>	

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

*«Б1.В.03 Этика общения в адаптивной физической культуре»*

Направление подготовки/специальность:  
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивной физической культуры  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

**Составители:**

Рубцова Наталия Олеговна – к.п.н., профессор, зав. кафедрой ТиМ АФК  
Рубцов Алексей Валерьевич - к.п.н., доцент ТиМ АФК

**Рецензент:**

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины (модуля) *«Этика общения в адаптивной физической культуре»* является: формирование навыков профессионального общения у специалистов в сфере адаптивной физической культуры.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Б1.В.03

*(Указывается блок и часть ООП (ОПОП), к которым относится данная дисциплина (модуль), в том числе  
элективная/факультативная)*

Дисциплина *«Этика общения в адаптивной физической культуре»* является обязательной дисциплиной вариативной части модуля профильных дисциплин.

Дисциплина *«Этика общения в адаптивной физической культуре»* предшествует изучению следующих дисциплин:

- базовой части: *«Специальная педагогика», «Специальная психология»;*
- вариативной части: *«Социальная защита инвалидов», «Комплексная реабилитация больных и инвалидов».*

Освоение дисциплины *«Этика общения в адаптивной физической культуре»* предшествует и необходимо для изучения таких теоретических дисциплин как *«Технологии АФВ лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата», «Технологии АФВ лиц с нарушениями психического развития», «Технологии АФВ лиц с сенсо-речевыми нарушениями», «Технологии АФВ лиц с соматическими заболеваниями», «Технологии АФВ в специальных медицинских группах», «Технологии АФВ лиц злоупотребляющих психоактивными веществами», «Инклюзивные программы АФВ».*

## **3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**



Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		наименование	Очная форма обучения	Ускоренная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-3	<i>Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде</i>	1		1
УК-3.1.	Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия.	1		1
УК-3.2.	Умеет устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе.	1		1
УК-3.3.	Применяет основные методы и нормы социального взаимодействия для реализации своей роли и взаимодействия внутри команды.	1		1

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы, \_\_\_72\_ академических часа.

\_\_\_очная\_\_\_ форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	

<b>Раздел I. Теоретические основы общения АФК</b>	1	4	4	6		
<b>Тема 1.1.</b> Понятия сущности, структуры, видов и этапов педагогического общения в АФК.	1	2	2	2		
<b>Тема 1.2.</b> Понятие этики общения в АФК.	1	2	2	4		
<b>Раздел II. Формирование навыков профессионального общения специалиста в АФК.</b>	1	4	6	14		
<b>Тема 2.1.</b> Этические нормы общения в прикладном построении отношений и управлении группами инвалидов различных нозологических групп в сфере адаптивной физической культуры.	1	2	2	6		
<b>Тема 2.2.</b> Разрешение конфликтов как задач в АФК.	1		2	4		
<b>Тема 2.3.</b> Этические нормы и правила этикета в адаптивном спорте	1		2	4		
<b>Раздел III. Специфика методов, приемов и средств в общении с инвалидами разных возрастных групп в АФК.</b>	1	4	12	20		
<b>Тема 3.1</b> Особенности общения с детьми – инвалидами.	1	2	4	8		
<b>Тема 3.2.</b> Особенности общения с молодыми инвалидами	1	2	4	6		
<b>Тема 3.3.</b> Особенности общения с пожилыми людьми.	1		4	6		
<b>Итого: 72</b>		<b>10</b>	<b>22</b>	<b>40</b>		<b>Зачет</b>

**Заочная форма обучения**

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Раздел I.</b> Теоретические основы общения АФК	1	2	2	12		
<b>Тема 1.1.</b> Понятия сущности, структуры, видов и этапов педагогического общения в АФК.	1	2		6		
<b>Тема 1.2.</b> Понятие этики общения в АФК.	1		2	6		
<b>Раздел II.</b> Формирование навыков профессионального общения специалиста в АФК.	1		2	24		
<b>Тема 2.1.</b> Этические нормы общения в прикладном построении отношений и управлении группами инвалидов различных нозологических групп в сфере адаптивной физической культуры.	1		2	6		
<b>Тема 2.2.</b> Разрешение конфликтов как задач в АФК.	1			12		
<b>Тема 2.3.</b> Этические нормы и правила этикета в адаптивном спорте	1			6		
<b>Раздел III.</b> Специфика методов, приемов и средств в общении с инвалидами разных возрастных групп в АФК.	1			30		
<b>Тема 3.1</b> Особенности общения с детьми – инвалидами.	1			8		

Тема 3.2. Особенности общения с молодыми инвалидами	1			14		
Тема 3.3. Особенности общения с пожилыми людьми.	1			8		
<b>Итого: 72</b>		<b>2</b>	<b>4</b>	<b>66</b>		<b>Зачет</b>

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Темы рефератов, мультимедийных презентаций и контрольных работ**

1. Понятия сущности, структуры, видов и этапов педагогического общения в АФК.
2. Понятие этики общения в АФК.
3. Формирование навыков профессионального общения специалиста в АФК.
4. Этические нормы общения в прикладном построении отношений и управлении группами инвалидов различных нозологических групп в сфере адаптивной физической культуры.
5. Разрешение конфликтов как задач в АФК.
6. Специфика методов, приемов и средств в общении с инвалидами разных возрастных групп в АФК.
7. Особенности общения с детьми – инвалидами.
8. Особенности общения с молодыми инвалидами
9. Особенности общения с пожилыми людьми.

### **Примерный перечень вопросов к зачету:**

1. Понятие «Общение».
2. Коммуникативная сторона общения.
3. Интерактивная сторона общения.
4. Перцептивная сторона общения.

5. Этапы и виды общения в АФК.
6. Функции и структура общения в АФК.
7. Стратегии, тактики, виды общения в АФК.
8. Вербальные и невербальные средства общения в АФК.
9. Зоны общения.
10. Обратная связь в общении.
11. Виды и техники слушания.
12. Понятие «Этика».
13. Каноны этических норм в АФК.
14. Правила этикета в общении с инвалидами.
15. Понятие «коллектив» в АФК.
16. Пути формирования внутреннего равновесия и микроклимата в АФК.
17. Психолого-педагогического особенности общения с людьми, испытывающими трудности при передвижении.
18. Психолого-педагогического особенности общения с незрячими людьми.
19. Психолого-педагогического особенности общения с людьми с нарушениями слуха.
20. Психолого-педагогического особенности общения с людьми с задержкой в развитии и проблемами общения.
21. Психолого-педагогического особенности общения с людьми с психическими проблемами.
22. Психолого-педагогического особенности общения с людьми, испытывающими затруднения в речи.
23. Психолого-педагогического особенности общения с людьми с гиперкинезами.
24. Понятие «конфликта». Структура, виды и причины конфликта.
25. Стадии развития конфликта. Золотое правило конфликта.
26. Роль тренера – педагога в разрешении конфликта.
27. Особенности общения с детьми – инвалидами.
28. Особенности общения с родителями детей-инвалидов.
29. Особенности общения с родителями-инвалидами детей-инвалидов.
30. Особенности общения с молодыми инвалидами в средних специальных и высших учебных заведениях.
31. Особенности общения с пожилыми, престарелыми людьми, инвалидами.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Каковы особенности сторон общения в АФК?
2. Что такое этика?
3. В чем заключаются основы этических норм?
4. Назовите основные правила этикета в общении с инвалидами.
5. Каковы психолого-педагогического особенности общения с людьми, испытывающими трудности при передвижении?

6. Каковы психолого-педагогические особенности общения с незрячими людьми?
7. Каковы психолого-педагогические особенности общения с людьми с нарушениями слуха?
8. Каковы психолого-педагогические особенности общения с людьми с задержкой в развитии и проблемами общения?
9. Каковы психолого-педагогические особенности общения с людьми с психическими проблемами?
10. Каковы психолого-педагогические особенности общения с людьми, испытывающими затруднения в речи?
11. Каковы психолого-педагогические особенности общения с людьми с гиперкинезами?
12. В чем заключаются основные причины возникновения конфликтов?
13. Охарактеризуйте особенности общения с детьми – инвалидами.
14. Охарактеризуйте особенности общения с родителями детей-инвалидов.
15. Охарактеризуйте особенности общения с родителями-инвалидами детей-инвалидов.
16. Охарактеризуйте особенности общения с молодыми инвалидами в средних специальных и высших учебных заведениях.
17. Охарактеризуйте особенности общения с пожилыми, престарелыми людьми, инвалидами.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Этика общения в адаптивной физической культуре».**

а) Основная литература:

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учеб. пособие для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 034300.62 : рек. УМО высш. учеб. заведений РФ по образованию в обл. физ. культуры / под общ. ред. д-ра пед. наук, проф. С.П. Евсеева. - М.: Сов. спорт, 2014. - 297 с.: ил.
2. Волкова, М.С. Заметки о речевом общении / М.С. Волкова // Детский тренер. - 2007. - № 1. - С. 113-116.
3. Шевелева, О.В. Атлет и этикет / О.В. Шевелева. - М.: спорт, 2016. - 166 с.: табл.
4. Щербинина, Ю. Проблема речевой агрессии в педагогическом развитии // Дошкольное воспитание. - 2004. - № 9. - С. 102-107.

б) Дополнительная литература:

1. Давлицарова К.Е. Основы ухода за больными. Первая медицинская помощь: Учебное пособие. – М.: ФОРУМ: ИНФА-М, 2004. – 368с. – (Серия «Профессиональное образование»).
  2. Евсеев С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры. - Т. 1 / С. П. Евсеев. - М.: Советский спорт, 2002. - 447 с.
  3. Курбатов, В.И. Социальная работа: учеб. пособие для вуза. – Ростов н/Д: Феникс, 2003. – 480 с.
  4. Фирсов, М.В. Теория социальной работы: учеб. пособие для вуза / М.В. Фирсов, Е.Г. Студенова. – М.: Академический проспект, 2005. – 512 с.
  5. Черносивитов, Е.В. Социальная медицина: учебник. М., 2003. – 624
  6. Антонюк С. Д. Особенности физического воспитания детей группы риска / С. Д. Антонюк // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2004. - № 1. - С. 56-59.
  7. Антонюк С. Д. К вопросу о "срочности" педагогических эффектов в адаптивных образовательных процессах / С. Д. Антонюк, Л. Н. Макарова // Физическая культура в 21 веке: состояние и перспективы развития" : Материалы междунар. конф. - Белгород. - 2004. - С. 99-104.
  8. Виленский М. Я. Основные сущностные характеристики педагогической технологии формирования физической культуры личности / М. Я. Виленский // Теория и практика физ. культуры. - 2001 - № 7. - С. 12-17.
  9. «Инклюзивное образование: право, принципы, практика». / Авторы-сост.: Н.В. Борисова, С.А. Прушинский. Отв. ред.: М. Перфильева. // М.: Владимир, ООО «Транзит-ИКС», 2009.
  10. «К независимой жизни: пособие для инвалидов». // М.: РООИ «Перспектива», 2001.
  11. Лубышева Л. И. Современный подход к исследованию пространства физической культуры и спорта / Л. И. Лубышева // Теория и практика физ. культуры. - 2004. - № 2. - С. 3-11.
  12. Николаев Ю. М. Физическая культура и основные сферы жизнедеятельности человека и общества в контексте социокультурного анализа / Ю. М. Николаев // Теория и практика физ. культуры. - 2000. - № 7. - С. 22-27.
  13. Матвеев Л.П. Интегративная тенденция в современном физкультуроведении / Л. П. Матвеев // Теория и практика физ. культуры. - 2003. - № 5. - С. 5-9.
  14. «Развитие инклюзивного образования: сборник материалов». / Составители: Сергей Прушинский, Юлия Симонова. // Москва: РООИ «Перспектива», 2007.
  15. Бегидов, М. В. Социальная защита инвалидов : учебное пособие для вузов / М. В. Бегидов, Т. П. Бегидова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 98 с. — (Высшее образование) <https://urait.ru/bcode/515196>
- в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- 1.Операционная система – Microsoft Windows.
- 2.Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- 3.Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- 1.ЭБС ЮРАЙТ <https://urait.ru/library/uchebniki-dlya-vuzov/po-ugs/49-00-00-fizicheskaya-kultura-i-sport/49-03-02-fizicheskaya-kultura-dlya-lic-s-otklonenyami-v-sostoyanii-zdorovya-adaptivnaya-fizicheskaya-kultura>
- 2.Информационный портал «Информо» <https://www.informio.ru/>
- 3.Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования
- 4.<https://fgosvo.ru/>
- 5.Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>
- 6.Реестр профстандартов Минтруда РФ <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>
- 7.Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>
- 8.Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>
- 9.Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
- 10.Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabcdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>
- 11.Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>
- 12.Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
- 13.Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
- 14.Координационные советы по областям образования <https://fgosvo.ru/ksumo/index>



15. Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>
16. Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
17. Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
18. Адаптивная физическая культура <https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Для успешного формирования знаний по курсу «*Этика общения в адаптивной физической культуре*» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, лабораторной, практической и научно-исследовательской работы обучающихся.

Перечень необходимого материально-технического обеспечения для успешного формирования знаний по дисциплине «*Этика общения в адаптивной физической культуре*» включает в себя современную лабораторию с приборами, позволяющими оценивать морфо-функциональное состояние организма (показатели дыхания, динамометрию, гониометрию и др.), стенды и оборудование, спортивные залы, а также базовую кафедру с соответствующим инвентарём и оборудованием.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Этика общения в адаптивной физической культуре для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса (очного обучения), 1 курса (заочного обучения), направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная физическая культура» направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание очной и заочной формам обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр (очное), 1 семестр (заочное),

Форма промежуточной аттестации: *Зачет*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максим. кол-во баллов
1	<i>Блиц-опрос: «Понятие этики общения в АФК»</i>	<i>22-я неделя</i>	<i>20</i>
2	<i>Моделирование ситуационных задач по теме: «особенности общения с инвалидами различных нозологических групп»</i>	<i>33-я неделя</i>	<i>22</i>
3	<i>Коллоквиум по теме: «Особенности общения с молодыми инвалидами»</i>	<i>40-я неделя</i>	<i>20</i>
4	<i>Посещение занятий</i>	<i>Весь период</i>	<i>0,5*36=18</i>
5	<i>Сдача зачета</i>		<i>20</i>
<b>Итого</b>			<b>100 баллов</b>

*\*примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

***Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине***

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максим. кол-во баллов
1	Опрос по теме: «Понятие этики общения в АФК».	10
2	Моделирование ситуационных задач по теме:	50

	«особенности общения с инвалидами различных нозологических групп»	
3	Опрос по теме: «Особенности общения с молодыми инвалидами»	40
<b>Итого</b>		<i>100 баллов</i>

*Для студентов заочной формы обучения*

№	Виды текущего контроля	Максим. кол-во баллов
1	Тестирование «Формирование навыков профессионального общения в АФК»	20
2	Тестирование «Приемы и средства в общении с инвалидами разных возрастных групп в АФК»	20
3	Составление плана-графика на четверть	20
4	Реферат «Этические нормы общения в прикладном построении отношений и управлении группами инвалидов различных нозологических групп в сфере адаптивной физической культуры»	20
5	Сдача зачета	20
<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ  
ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

*«Б1.В.03 Этика общения в адаптивной физической культуре»*

Направление подготовки/специальность:

49.03.02

«Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетных единицы.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1 (очная, заочная формы обучения)

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** формирование навыков профессионального общения у специалистов в сфере адаптивной физической культуры.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Ускоренная форма обучения	Заочная форма обучения
1	наименование	5	6	7
УК-3	<i>Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде</i>	1		1
УК-3.1.	Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия.	1		1
УК-3.2.	Умеет устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе.	1		1
УК-3.3.	Применяет основные методы и нормы социального взаимодействия для реализации своей роли и взаимодействия внутри команды.	1		1

**5.Краткое содержание дисциплины (модуля):**

**Очная форма обучения**

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Раздел I. Теоретические основы общения АФК</b>	1	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		
<b>Тема 1.1.</b> Понятия сущности, структуры, видов и этапов педагогического общения в АФК.	1	2	2	2		
<b>Тема 1.2.</b> Понятие этики общения в АФК.	1	2	2	4		
<b>Раздел II. Формирование навыков профессионального общения специалиста в АФК.</b>	1	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>14</b>		
<b>Тема 2.1.</b> Этические нормы общения в прикладном построении отношений и управлении группами инвалидов различных нозологических групп в сфере адаптивной физической культуры.	1	2	2	6		
<b>Тема 2.2.</b> Разрешение конфликтов как задач в АФК.	1		2	4		
<b>Тема 2.3.</b> Этические нормы и правила этикета в адаптивном спорте	1		2	4		
<b>Раздел III. Специфика методов, приемов и средств в общении с инвалидами разных возрастных групп в АФК.</b>	1	<b>4</b>	<b>12</b>	<b>20</b>		
<b>Тема 3.1</b> Особенности общения с детьми – инвалидами.	1	2	4	8		
<b>Тема 3.2.</b> Особенности общения с молодыми инвалидами	1	2	4	6		

<b>Тема 3.3.</b> Особенности общения с пожилыми людьми.	1		4	6		
<b>Итого: 72</b>		<b>10</b>	<b>22</b>	<b>40</b>		<b>Зачет</b>

### Заочная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Раздел I.</b> Теоретические основы общения АФК	1	2	2	12		
<b>Тема 1.1.</b> Понятия сущности, структуры, видов и этапов педагогического общения в АФК.	1	2		6		
<b>Тема 1.2.</b> Понятие этики общения в АФК.	1		2	6		
<b>Раздел II.</b> Формирование навыков профессионального общения специалиста в АФК.	1		2	24		
<b>Тема 2.1.</b> Этические нормы общения в прикладном построении отношений и управлении группами инвалидов различных нозологических групп в сфере адаптивной физической культуры.	1		2	6		
<b>Тема 2.2.</b> Разрешение конфликтов как задач в АФК.	1			12		

<b>Тема 2.3.</b> Этические нормы и правила этикета в адаптивном спорте	1			6		
<b>Раздел III.</b> Специфика методов, приемов и средств в общении с инвалидами разных возрастных групп в АФК.	1			<b>30</b>		
<b>Тема 3.1</b> Особенности общения с детьми – инвалидами.	1			8		
<b>Тема 3.2.</b> Особенности общения с молодыми инвалидами	1			14		
<b>Тема 3.3.</b> Особенности общения с пожилыми людьми.	1			8		
<b>Итого: 72</b>		<b>2</b>	<b>4</b>	<b>66</b>		<b>Зачет</b>



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.В.04 «Особенности развития организма человека в норме и патологии»

Направление подготовки/специальность:  
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивной физической культуры  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

**Составители:**

Рубцова Наталия Олеговна – к.п.н., профессор, зав. кафедрой ТиМ АФК

Плаксунова Эльвира Викторовна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры ТиМ АФК

,

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целями освоения дисциплины (модуля) профессионального цикла базовой части «*Особенности развития организма человека в норме и патологии*» является: формирование профессиональных представлений об этапах развития детского организма в различные возрастные периоды, об особенностях патологического развития организма ребёнка под влиянием повреждающих факторов, развитие профессиональных навыков оценки психофизиологического состояния детей в норме и патологии, с целью определения их реабилитационного потенциала.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Б1.В.04

(Указывается блок и часть ООП (ОПОП), к которым относится данная дисциплина (модуль), в том числе элективная/факультативная)

Дисциплина «*Особенности развития организма человека в норме и патологии*» является обязательной дисциплиной вариативной части модуля профильных дисциплин.

Дисциплина «*Особенности развития организма в норме и патологии*» взаимосвязана с дисциплинами гуманитарного, социального и экономического цикла, вариативная часть: «Анатомия человека», «Физиология человека».

Освоение дисциплины «*Особенности развития организма человека в норме и патологии*» предшествует и необходимо для изучения таких теоретических дисциплин профессионального цикла, его базовой части, как «Общая патология и таратология», «Частная патология».

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
------------------	--	--

	наименование	Очная форма обучения	Ускоренная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-4	Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний	1		1
ПК-4.1	Знает: - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.	1		1
ПК-4.2	Умеет: - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.	1		1
ПК-4.3	Имеет опыт: - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов;	1		1

- разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.			
---	--	--	--

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единицы, 108 академических часов.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Этапы развития детского организма в норме и патологии	1	4	4	5		
2	Тема 2. Уровни развития движений в норме и патологии	1	2	4	6		
3	Тема 3. Особенности развития морфологических показателей в норме и патологии	1	2	4	6		
4	Тема 4. Функциональные нарушения в норме и патологии.	1	2	4	6		
5	Тема 5. Психомоторное развитие ребёнка в	1	2	4	6		

	норме и патологии.						
<b>6</b>	Тема 6. Особенности развития детей с отклонениями в состоянии здоровья.	1	2	4	6		
<b>7</b>	Тема 7. Особенности формирования позы, навыка ходьбы и бега, мелкой моторики в норме и патологии, нарушения пространственной ориентировки.	1	2	6	5		
<b>8</b>	Тема 8. Методы оценки психофизического состояния детей с отклонениями в развитии.	1	2	6	5		
<b>Итого 108</b>			<b>18</b>	<b>36</b>	<b>45</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	Тема 1. Этапы развития детского организма в норме и патологии	1		2	10		
<b>2</b>	Тема 2. Уровни развития движений в норме и патологии	1	2		10		
<b>3</b>	Тема 3. Особенности развития морфологических показателей в норме и патологии	1		2	10		
<b>4</b>	Тема 4. Функциональные нарушения в норме и	1		2	10		

	патологии.						
<b>5</b>	Тема 5. Психомоторное развитие ребёнка в норме и патологии.	1		2	10		
<b>6</b>	Тема 6. Особенности развития детей с отклонениями в состоянии здоровья.	1			10		
<b>7</b>	Тема 7. Особенности формирования позы, навыка ходьбы и бега, мелкой моторики в норме и патологии, нарушения пространственной ориентировки.	1			14		
<b>8</b>	Тема 8. Методы оценки психофизического состояния детей с отклонениями в развитии.	1			15		
<b>Итого 108</b>			<b>2</b>	<b>8</b>	<b>89</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

**Темы рефератов и курсовых работ:**

1. Особенности развития ребёнка с врождёнными нарушениями зрения.
2. Особенности развития ребёнка с врождёнными нарушениями слуха.
3. Особенности развития ребёнка с отклонениями психической сферы.
4. Особенности развития ребёнка с нарушениями двигательной сферы.
5. Состояние психомоторики у детей с различными патологическими нарушениями (по нозологиям).
6. Влияние патологии опорно-двигательного аппарата на морфо-функциональное состояние человека.
7. Влияние сенсорно-речевой патологии на морфо-функциональное состояние человека.

8. Влияние отклонений в умственном развитии на морфо-функциональное состояние человека.
9. Влияние патологии опорно-двигательного аппарата на психомоторное развитие человека.
10. Влияние сенсорно-речевой патологии на психомоторное развитие человека.
11. Влияние отклонений в умственном развитии на психомоторное развитие человека.
12. Методы оценки морфо-функционального состояния аномальных детей (по нозологиям).
13. Методы оценки состояния психомоторики в детском возрасте (в норме и патологии, по нозологиям).
14. Влияние состояния уровней построения движений на физическое и двигательное развитие человека.

### **Контрольные вопросы для самопроверки знаний:**

1. Перечислите этапы развития детского организма в раннем возрасте.
2. Какие периоды психомоторного развития в норме и патологии вы знаете?
3. Как развиваются морфо-функциональные показатели в норме и патологии?
4. Какое влияние оказывают патологические рефлекссы на развитие ребёнка?
5. Какие функциональные нарушения бывают при различных патологических состояниях.
6. Перечислите показатели нормального функционального развития.
7. Перечислите показатели нарушенного функционального развития.
8. Как развиваются дети с сенсорно-речевой патологией?
9. Какие особенности развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата вы знаете?
10. Какие особенности развития детей с нарушениями психического развития вы знаете?
11. Перечислите способы формирования позы у детей различных нозологических групп.
12. Охарактеризуйте методы формирования основных движений у детей в норме и патологии.
13. Охарактеризуйте особенности развития мелкой моторики в норме и патологии.
14. Перечислите методы оценки морфо-функционального состояния детей с отклонениями в развитии.
15. Перечислите методы оценки психомоторного развития аномальных детей.
16. Какие уровни развития движений вы знаете?

### **Примерные вопросы к экзамену:**

1. Физическое и психическое развитие ребёнка в младенческом возрасте (первый год жизни).
2. Развитие двигательной сферы и её влияние на формирование нервно-психических функций ребёнка.



3. Врождённые двигательные рефлексы и их влияние на развитие движений в раннем возрасте.
4. Безусловные двигательные рефлексы и их реализация.
5. Нарушения мышечного тонуса. Патологический гипертонус и гипотонус. Синкинезии.
6. Смещение основных этапов развития в зависимости от степени двигательных нарушений
7. Уровневая теория построения движений Н.А. Бернштейна, её основные положения.
8. Безусловные двигательные рефлексы и их реализация.
9. Раскройте содержание уровня регуляции тонуса (уровень позы). Приведите примеры.
10. Раскройте содержание уровня регуляции действий в пространстве собственного тела. Приведите примеры.
11. Раскройте содержание уровня регуляции действий во внешнем пространственном поле. Приведите примеры.
12. Раскройте содержание уровня предметного действия и смыслового решения задачи. Приведите примеры.
13. Раскройте содержание уровня символических координаций (умственных, интеллектуальных регуляций действий). Приведите примеры.
14. Формирование уровней построения движений в онтогенезе.
15. Особенности функционирования уровней в зависимости от патологии.
16. Оценка функционирования уровней построения движений.
17. Морфо-функциональные показатели у детей дошкольного возраста.
18. Мышечная система, нервная система у детей дошкольного возраста в норме и патологии. Конституциональные нарушения.
19. Врождённые рефлексы. Влияние рефлексов на развитие движений ребёнка.
20. Основные двигательные функции ребёнка 1-го года жизни.
21. Диагностика состояния рефлексов у детей.
22. Особенности развития детей с нарушениями слуха (рано и позднооглохшие).
23. Физическое и психическое развитие детей с нарушениями слуха.
24. Особенности развития детей с нарушениями зрения (слабовидящие, с амблиопией и косоглазием, тотально слепые).
25. Физическое и психическое развитие детей с нарушениями зрения.
26. Особенности развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (детский церебральный паралич, полиомиелит, врожденные и приобретённые деформации ОДА).
27. Физическое и психическое развитие детей с нарушениями ОДА.
28. Особенности развития детей с нарушениями психического развития, интеллектуальной недостаточностью, расстройствами аутистического спектра.
29. Физическое и психическое развитие детей с ЗПР, умственной отсталостью, расстройствами аутистического спектра
30. Особенности развития пространственной ориентации в зависимости от патологии.

31. Особенности формирования позы у детей с различной патологией. Влияние нарушений регуляции мышечного тонуса на удержание позы.
32. Особенности формирования навыка ходьбы и бега в онтогенезе. Недостаточность ходьбы и бега при различных нарушениях развития у детей.
33. Развитие статической выносливости, равновесия у детей с различной патологией.
34. Особенности развития мелкой моторики в онтогенезе. Этапы развития мелкой моторики.
35. Манипулятивная функция кистей рук. Влияние уровня развития мелкой моторики на речь
36. Игровой метод, широко используемый для развития естественных локомоций в детском возрасте.
37. Метод Монтессори.
38. Методы оценки состояния мелкой моторики детей с нарушениями в развитии. Средства коррекции и развития мелкой моторики рук.
39. Средства и методы оценки физического развития (вес-ростовые показатели, оценка состояния дыхательной системы, оценка состояния сердечно-сосудистой системы).
40. Адаптационный потенциал.
41. Методы оценки психомоторного развития по Н.Озерецкому.
42. Количественная оценка возможностей и перспектив развития аномального ребёнка.
43. Средства формирования пространственного поля в дошкольной и школьной программе.
44. Оценка состояния пространственного поля
45. Роль мотивации в формировании и совершенствовании естественных локомоций человека.
46. Трудности сенсорного контроля в формировании и совершенствовании естественных локомоций человека.
47. Двигательные тесты для исследования отдельных компонентов движения: статической координации, динамической координации, быстроты движений.
48. Тренажёры и игровые комплексы для развития навыков социально-бытовой адаптации.
49. Влияние уровня развития мелкой моторики на социально-бытовую адаптацию детей с нарушениями в развитии.
50. Двигательные тесты для исследования отдельных компонентов движения: ритма, излишних сопряжённых движений (синкинезий), одновременности движений и их силы.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Особенности развития организма человека в норме и патологии».**

а) Основная литература:

1. Плаксунова Э.В. Организация АФВ детей дошкольного возраста с нарушениями развития двигательной сферы (учебное пособие). М., 2007. – 48.
2. Рубцова Н.О., Ильин В.А. Методика адаптивного физического воспитания детей с нарушениями интеллектуального развития: Учебно-методическое пособие.- М., 2004. – 152 с.

б) дополнительная литература:

1. Головчиц Л.А. Дошкольная сурдопедагогика: Воспитание и обучение дошкольников с нарушениями слуха: Учебн. пособие для студ. высш. учеб. заведений.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.- 304 с.
2. Левченко И.Ю. Система психологического изучения лиц с ДЦП на разных этапах социальной адаптации. Автореф. дис... докт. психол. наук. - М., 2001. - 41с.
3. Материалы объединенной конференции «Адаптивная физическая культура в медицинской реабилитации и социализации инвалидов» и «Физическая культура и спорт среди инвалидов». – СПб., 2001г.
4. Сопов В.Ф., Карпушина Л.В. Морфологический тест жизненных ценностей: Руководство по применению. Методическое пособие. – Самара: Изд-во СамИКП – СНЦ РАН, 2002. – 56с.
5. Уляева Г.Г. Проблема повышения качества жизни учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья Тезисы докладов научно-практической конференции «Физическая культура и спорт как профилактика наркомании» (5 декабря 2003, РГУФК). – М., 2003. – С.19-22.
6. Чудная Р.В. Адаптивное физическое воспитание. – Киев, Наукова думка, 2000.
7. Физическая реабилитация детей с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата/ Под ред. Н.А.Гросс.- М.: Советский спорт, 2000. - 224 с.

8. Шапкова Л.В. Взаимосвязь адаптивной физической культуры и специальной педагогики // Адаптивная физическая культура, 2000. - № 1-2.
9. Демирчоглян Г.Г., Демирчоглян А.Г. Специальная физическая культура для слабовидящих школьников.- М.: Советский спорт, 2000.- 160 с.
10. Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учебн. пособие.- М.: Советский спорт, 2000.- 240 с.
11. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник для высш. учеб. заведений физ. культуры / Е.Б. Сологуб; А.С. Солодков .— 4-е изд., испр. и доп. — Москва : Советский спорт, 2023 .— 621 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=187910>
12. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 1 организм человека, его регуляторные и интегративные системы : учебник для вузов / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 447 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/531729>
13. Жук, И.А. Общая патология : [учеб. пособие] / И.А. Жук .— Москва : Колос-с, 2018 .— 200 с. — (Учебники и учебные пособия для студентов высших учебных заведений) . <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=641108>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- а. Операционная система – Microsoft Windows.

в.Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.

с.Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- 1.ЭБС ЮРАЙТ <https://urait.ru/library/uchebniki-dlya-vuzov/po-ugs/49-00-00-fizicheskaya-kultura-i-sport/49-03-02-fizicheskaya-kultura-dlya-lic-s-otklonenyami-v-sostoyanii-zdorovya-adaptivnaya-fizicheskaya-kultura>
- 2.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- 3.Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>
- 4.Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных  
<https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
- 5.Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
- 6.Адаптивная физическая культура\_  
<https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>
7. Государственная информационная система «Спорт»  
<https://sportrf.gov.ru/>
- 8.Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия  
<https://www.garant.ru/>
- 9.Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>
- 10.Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
- 11.Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>
- 12.Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>
- 13.Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
- 14.Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
- 15.Координационные советы по областям образования  
<https://fgosvo.ru/ksumo/index>

16. Независимая Национальная антидопинговая организация

РУСАДА <http://rusada.ru/>

17. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru.

<http://elibrary.ru/defaultx.asp>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Для успешного формирования знаний по дисциплине *«Особенности развития организма в норме и патологии»* при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, лабораторной, практической и научно-исследовательской работы обучающихся, предусмотренных учебным планом вуза и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

Перечень необходимого материально-технического обеспечения для успешного формирования знаний по дисциплине *Особенности развития организма человека в норме и патологии* включает в себя современную лабораторию с приборами, позволяющими оценивать морфо-функциональное состояние организма (показатели дыхания, динамометрию, гониометрию и др.), стенды и оборудование, спортивные залы, обеспечивающие изучение технологических процессов в соответствии с реализуемой вузом основной образовательной программой и изучаемой дисциплиной, а также базовую кафедру с соответствующим инвентарём и оборудованием.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Особенности развития организма человека в норме и патологии» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса (очного обучения), 1 курса (заочного обучения), направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная физическая культура» направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание очной и заочной форм обучения.**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр (очное), 1 семестр (заочное),

Форма промежуточной аттестации: Экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1.	Контрольная работа по теме: «Особенности развития детского организма в зависимости от патологии (смещение основных этапов развития)»	28 неделя	5
2.	Контрольная работа по теме: «Диагностика и коррекция уровней развития движений»	31 неделя	5
3.	Контрольная работа по теме: «Возрастные этапы развития психомоторики в онтогенезе»	33 неделя	5
4.	Выполнение практического задания по теме: Коррекционно-развивающие упражнения для формирования позы, навыка ходьбы и бега, мелкой моторики у детей с нарушением движений	34 неделя	5
5.	Контрольная работа по теме: «Методы оценки морфо-функционального, психомоторного развития аномальных детей, оценка психолого-педагогического статуса»	34 неделя	5
6.	Посещение занятий	В течение семестра	30
7.	Написание реферата по теме: «Особенности развития детей с нарушениями слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, психического развития»		15
	<b>Экзамен по дисциплине</b>		<b>30</b>
<b>ИТОГО</b>			<b>100 баллов</b>

\*примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»

**Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максим. кол-во баллов</b>
1	Контрольная работа на тему: «Методы оценки морфо-функционального, психомоторного развития аномальных детей, оценка психолого-педагогического статуса»	35
2	Контрольная работа на тему: «Возрастные этапы развития психомоторики в онтогенезе»	35
3	Реферат на тему: «Особенности развития детей с нарушениями слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, психического развития»	30
<b>Итого</b>		<b>100 баллов</b>

**Для студентов заочной формы обучения**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля</b>	<b>Максим. кол-во баллов</b>
1	Практическое задание: проведение комплекса упражнений для формирования позы, навыка ходьбы и бега, мелкой моторики у детей с нарушением движений, развития пространственной ориентировки	20
2	<i>Контрольная работа</i> «Возрастные этапы развития психомоторики в онтогенезе»	20
3	<i>Составление плана-графика на четверть</i>	20
4	<i>Реферат</i> «Методы оценки морфо-функционального состояния аномальных детей (по нозологиям)»	20
5	<i>Сдача зачета</i>	20
<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

**III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

**V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
-----------------	-----	-------	-------	-------	-------	--------



Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**АННОТАЦИЯ**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.04 «Особенности развития организма человека в норме и патологии»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:  
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
«Адаптивная физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 3 зачетных единицы.

**2.Семестр (ы) освоения дисциплины (модуля): 1** (очная, заочная формы)

**Цель освоения дисциплины (модуля):** формирование профессиональных представлений об этапах развития детского организма в различные возрастные периоды, об особенностях патологического развития организма ребёнка под влиянием повреждающих факторов, развитие профессиональных навыков оценки психо-физиологического состояния детей в норме и патологии, с целью определения их реабилитационного потенциала.

**3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Ускоренная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-4	Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний	1		1
ПК-4.1	Знает: - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.	1		1

ПК-4.2	<p>Умеет: - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.</p>	1		1
ПК-4.3	<p>Имеет опыт: - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на по развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов;</p> <p>- разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.</p>	1		1

#### 4.Краткое содержание дисциплины (модуля):

##### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	

<b>1</b>	Тема 1. Этапы развития детского организма в норме и патологии	1	4	4	5		
<b>2</b>	Тема 2. Уровни развития движений в норме и патологии	1	2	4	6		
<b>3</b>	Тема 3. Особенности развития морфологических показателей в норме и патологии	1	2	4	6		
<b>4</b>	Тема 4. Функциональные нарушения в норме и патологии.	1	2	4	6		
<b>5</b>	Тема 5. Психомоторное развитие ребёнка в норме и патологии.	1	2	4	6		
<b>6</b>	Тема 6. Особенности развития детей с отклонениями в состоянии здоровья.	1	2	4	6		
<b>7</b>	Тема 7. Особенности формирования позы, навыка ходьбы и бега, мелкой моторики в норме и патологии, нарушения пространственной ориентировки.	1	2	6	5		
<b>8</b>	Тема 8. Методы оценки психофизического состояния детей с отклонениями в развитии.	1	2	6	5		
<b>Итого 108</b>			<b>18</b>	<b>36</b>	<b>45</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия	семинары	Самоконтроль	

<b>1</b>	Тема 1. Этапы развития детского организма в норме и патологии	1		2	10		
<b>2</b>	Тема 2. Уровни развития движений в норме и патологии	1	2		10		
<b>3</b>	Тема 3. Особенности развития морфологических показателей в норме и патологии	1		2	10		
<b>4</b>	Тема 4. Функциональные нарушения в норме и патологии.	1		2	10		
<b>5</b>	Тема 5. Психомоторное развитие ребёнка в норме и патологии.	1		2	10		
<b>6</b>	Тема 6. Особенности развития детей с отклонениями в состоянии здоровья.	1			10		
<b>7</b>	Тема 7. Особенности формирования позы, навыка ходьбы и бега, мелкой моторики в норме и патологии, нарушения пространственной ориентировки.	1			14		
<b>8</b>	Тема 8. Методы оценки психофизического состояния детей с отклонениями в развитии.	1			15		
<b>Итого 108</b>			<b>2</b>	<b>8</b>	<b>89</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.05 «Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры»**

Направление подготовки:

49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):

Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивной физической культуры  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Рубцова Наталия Олеговна – к.п.н., профессор, зав. кафедрой ТиМ АФК  
Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)



## **1. Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины *«Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры»* является теоретическая и практическая подготовка студентов в области материально-технического обеспечения в адаптивной физической культуре, для лиц, имеющих отклонение в состоянии здоровья.

Дисциплина *«Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры»* реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)**

Дисциплина *«Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры»* является обязательной дисциплиной вариативной части модуля профильных дисциплин.

Дисциплина *«Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры»* предшествует изучению следующих дисциплин:

- базовой части: «Психология», «Педагогика», «Частная патология», «Специальная психология», «Теория и организация адаптивной физической культуры», «Специальная педагогика», «Комплексная реабилитация больных и инвалидов», «Теоретико-методические основы адаптивного физического воспитания»;
- вариативной части: «Лечебная физическая культура», «Адаптивный спорт», «Спортивно-педагогическое обеспечение в адаптивной физической культуре», «Организация физкультурно-массовой работы среди лиц с отклонениями в состоянии здоровья» и другие.

Освоение дисциплины *«Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры»* необходимо для последующего изучения дисциплин *«Инклюзивные программы в адаптивной физической культуре»*, *«Адаптивный фитнес»*, *«Менеджмент адаптивной физической культуры»*, прохождения преддипломной практики и практики НИР.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-2	ПК-2.1 Знает: - законодательство по вопросам образования, опеки попечительства несовершеннолетних, дополнительных гарантиях, социальной поддержке детей- сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, социального обслуживания детей- инвалидов и другая нормативно-правовая документация в области оказания психологической, педагогической, реабилитационной помощи несовершеннолетним, законодательство в области защиты персональных данных; - педагогические закономерности организации образовательного процесса; - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - состав испытаний, тестов для всех гендерных и возрастных групп, включая контрольные показатели испытаний, тестов и их нормативные значения	1		1
	ПК-2.2 Умеет: - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно- познавательную деятельность; - планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений; - определять готовность реабилитанта к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации	1		1
	ПК-2.3. Имеет опыт: - разработки плана проведения занятия по адаптивной физической культуре по программам адаптивного физического воспитания, индивидуального плана физической реабилитации инвалида; - разработки и утверждения графиков проведения тестирования с периодичностью, установленной нормативными правовыми актами; - составления рекомендаций инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о	1		1

проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях			
--	--	--	--

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

##### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Введение в материально-техническое	1	2	4	4		

	обеспечение.						
2	Тема 2. Физкультурно-спортивные сооружения для инвалидов.	1	2	4	6		
3	Тема 3. Доступность и оснащённость различных сооружений для инвалидов. Строительные правила и нормы.	1	1	4	4		
4	Тема 4. Спортивные тренажеры для инвалидов.	1	1	4	6		
5	Тема 5. Виды и конструктивные особенности инвалидных кресел-колясок.	1	1	2	6		
6	Тема 6. Виды и конструкции протезной техники. Отличительные особенности протезной техники для занятий спортом и применения в обычной жизни.	1	1	4	4		
7	Тема 7. Спортивное оборудование и инвентарь в адаптивной физической культуре и спорте.	1	2	2	4		
	<b>Итого часов: 72</b>		<b>10</b>	<b>24</b>	<b>38</b>		<b>Зачёт</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Введение в материально-техническое обеспечение.	1			8		
2	Тема 2. Физкультурно-спортивные сооружения для инвалидов.	1	2		8		
3	Тема 3. Доступность и оснащённость различных сооружений для	1		2	8		

	инвалидов. Строительные правила и нормы.						
4	Тема 4. Спортивные тренажеры для инвалидов.	1			8		
5	Тема 5. Виды и конструктивные особенности инвалидных кресел-колясок.	1			12		
6	Тема 6. Виды и конструкции протезной техники. Отличительные особенности протезной техники для занятий спортом и применения в обычной жизни.	1		2	12		
7	Тема 7. Спортивное оборудование и инвентарь в адаптивной физической культуре и спорте.	1			10		
	<b>Итого часов:72</b>		2	4	66		<b>Зачёт</b>

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

### **Примерный перечень вопросов к зачёту:**

1. Охарактеризуйте основные направления проектирования, строительства и эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений для инвалидов.
2. Каковы основные требования к формированию физкультурно-спортивных сооружений для инвалидов?
3. Каковы основные особенности архитектурно-планировочных решений физкультурно-спортивных сооружений для инвалидов?
4. Особенности детских физкультурно-игровых сооружений для детей с отклонениями в развитии.
5. Общие принципы создания специальных средств протезной техники для занятий физической культурой и спортом.
6. Конструкции специальных приспособлений для занятий физической культурой инвалидов с дефектами верхних конечностей.
7. Принципиальные отличия протезной техники для занятий спортивной деятельностью от обычных конструкций протезов нижних конечностей.
8. Конструктивные особенности энергосберегающих искусственных стоп.
9. Перечислите конструкции коленных модулей, которые применяются в протезах нижних конечностей для спортивной деятельности.

10. Перечислите конструкции приемных гильз протезов нижних конечностей, которые применяются для спортивной деятельности.
11. Конструктивные особенности протезов голени и бедра для плавания
12. С какой целью применяется микропроцессорная техника в коленных модулях протезов бедра для занятий спортивной деятельностью?
13. Виды кресел-колясок и их назначение.
14. Конструктивные особенности кресел-колясок для спортивной деятельности.
15. Отличительные особенности гоночных кресел-колясок.
16. В чем заключаются методические особенности тренировки на тренажерах инвалидов с поражением опорно-двигательной системы?
17. Общие задачи применения реабилитационной техники в адаптивной физической культуре.
18. Раскройте классификацию технических средств, используемых для оснащения спортивных сооружений при проведении в них спортивно-оздоровительной работы с инвалидами.
19. Дайте краткую характеристику технических средств, используемых для оснащения сооружений спортивного назначения с целью обеспечения доступности проведения спортивно-оздоровительной работы с инвалидами.
20. Охарактеризуйте тренажеры для освоения инвалидами соревновательных двигательных действий, развития и совершенствования их физических качеств и способностей.
21. Конструктивные особенности тренажеров и тренажерных устройств для детей-инвалидов.
22. Дайте характеристику специального оборудования и спортивного инвентаря для инвалидов с поражением органа зрения.
23. Дайте характеристику специальных подъемных устройств, используемых для оснащения бассейнов и вспомогательных плавательных средств для инвалидов с поражением опорно-двигательной системы.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.**

### **а) Основная литература:**

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учеб. пособие / ред.: С.П. Евсеев .— М. : Советский спорт, 2014 .— 304 с. — ISBN 978-5-9718-0714-8
2. Балашова, В.Ф. Формирование аттестационного педагогического измерительного материала по дисциплине «Теория и организация адаптивной физической культуры» : учеб. пособие / В.Ф. Балашова .— М. : Физическая культура, 2008 .— 324 с. — ISBN 5-9746-0057-6 .— ISBN 978-5-9746-0057-6

3. Балашова, В.Ф. Компетентность специалиста по адаптивной физической культуре: монография / В.Ф. Балашова – М.: Физическая культура, 2008. – 150 с. ISBN 978-5-9746-0110-1.
4. Курьсь, В.Н. Биомеханика. Познание телесно-двигательного упражнения [Электронный ресурс] : учеб. пособие — Электрон. дан. — Москва : Советский спорт, 2013. — 368 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/51912>.
5. Физическая культура и спорт в Российской Федерации в цифрах (2000-2012 годы) / авт.-сост. П.А. Виноградов, Ю.В. Окуньков; под общ.ред. В.Л. Мутко. - М.: Советский спорт, 2013г. – 186 с.

б) Дополнительная литература:

1. Аристова Л. В. Физкультурно-спортивные сооружения для инвалидов: Учебное пособие / Л. В. Аристова. - М.: Советский спорт, 2002. - 192 с., ил.
2. Верхало, Ю. Н. Тренажеры и устройства для восстановления здоровья и рекреации инвалидов/ Ю. Н. Верхало. - М.: Советский спорт, 2004.
3. Гросс, Н. А. Физическая реабилитация детей с нарушением функций опорно-двигательного аппарата/ Н. А. Гросс. - М.: Советский спорт, 2000.
4. Евсеев С.П. Императивные тренажеры. Основы теории и методики применения : учеб. пособие для ин-тов физ. культуры / ГДОИФК им. П. Ф. Лесгафта. - СПб.: б. и., 1991.
5. Евсеев С.П. Аксенова О. Технология физкультурно-спортивной деятельности опорно-двигательного аппарата.
6. Евсеев С.П. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры: Учебное пособие / С. П. Евсеев, С. Ф. Курдыбайло, В. Г. Суслиев. - М.: Советский спорт, 2000. - 152 с.
7. Евсеев, С.П. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры : учеб. для образов. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 032100 (по магист. прогр. "Адапт. физ. культура") : доп. УМО вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры / С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, В.Г. Суслиев. - М.: Сов. спорт, 2007. - 306 с.: ил.
8. Евсеев, С.П. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры : учеб. пособие для высш. и сред. проф. учеб. заведений по специальности 022500 : рек. Гос. ком. РФ по физ. культуре, спорту и туризму / Евсеев Сергей Петрович, Курдыбайло С.Ф., Суслиев В.Г. - М.: Сов. спорт, 2000. - 148 с.: ил.
9. Курдыбайло С.Ф. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры, спорта и рекреации инвалидов с поражением спинного мозга / С.Ф. Курдыбайло, С.П. Евсеев // Адаптивная физическая культура. - 2005. - N 2 (22). - С. 20-29
10. Метод. рекомендации для руководителей и специалистов по физическому воспитанию: технические требования к инвентарю, оборудованию и

местам проведения занятий физкультуры в образовательных учреждениях. - М, 2005.

11. Михайлова Ю.Г. Реабилитационные тренажеры DAVID, интенсивная терапия спины / Михайлова Ю.Г., Жестянников Л.В. // Кинезитерапия в практическом здравоохранении и спортивной медицине : Материалы 1-й Всерос. науч.-практ. конф. М., 14-16 мая 2002 г
12. Сквознова Т.М. Блочные тренажеры для укрепления здоровья, лечения и реабилитации взрослого населения и подростков : метод. пособие / Т.М. Сквознова // ЛФК и массаж. Спорт. медицина. - 2007. - № 8. - С. 17-23.
13. Физическая реабилитация: Учебник / под общ. редакцией С. Н. Попова. – Ростов н/Д: изд-во «Феникс», 2004. – 608 с.
14. Частные методики АФК: Учебное пособие/Под ред. Л.В. Шапковой. - М.: Советский спорт, 2003.
15. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : [учебник] / С.П. Евсеев .— 2-е изд., стер. — Москва : Спорт, 2020 .— 617 с. — (Адаптивная физическая культура и спорт).  
<https://lib.rucont.ru/efd/734822>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–*программное обеспечение дисциплины (модуля):*

–Операционная система – Microsoft Windows.

–Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.

–Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

–Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

–Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

–*современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

–Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

–Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>

–Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования

<https://fgosvo.ru/>



- Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>
- Реестр профстандартов Минтруда РФ <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>
- Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>
- Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
- Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>
- Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
- Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
- Координационные советы по областям образования <https://fgosvo.ru/ksumo/index>
- Адаптивная физическая культура <https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>
- Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры»

для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, 1 курса,

направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»

направленности (профилю) «Адаптивное физическое воспитание»

очная, заочная форма обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре «Градостроительные ошибки»	7 неделя	10*
2	Выступление на семинаре «Тренажёры для инвалидов различных нозологий»	8 неделя	10*
3	Написание реферата по теме «Использование протезной техники в спорте высших достижений»	10 неделя	20*
4	Презентация по теме «Спортивное оборудование и инвентарь в адаптивной физической культуре и спорте»	13 неделя	10*
5	Посещение занятий	В течение семестра	3 балла x 1 занятие = 30 баллов
	<b>Зачёт по дисциплине</b>		<b>20*</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

\*примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

## Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Подготовка доклада по разделу «Доступность и оснащённость различных сооружений для инвалидов. Строительные правила и нормы»	20
2	Подготовка доклада по разделу «Спортивные тренажеры для инвалидов»	20
3	Написание реферата по теме «Использование протезной техники в спорте высших достижений»	20
4	Подготовка доклада «Спортивное оборудование и инвентарь в адаптивной физической культуре и спорте»	20

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.05 Материально-техническое обеспечение адаптивной физической  
культуры»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 – Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная.*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетных единиц.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1 семестр - на очной форме обучения, 1 семестр - на заочной форме обучения

**Цель освоения дисциплины (модуля):** теоретическая и практическая подготовка студентов в области материально-технического обеспечения в адаптивной физической культуре, для лиц, имеющих отклонение в состоянии здоровья.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное обучение) <sup>2</sup>
1	2	3	4	5
<i>ПК-2</i>	Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов	1	1	
<i>ПК-2.1</i>	Знает: - законодательство по вопросам образования, опеки попечительства несовершеннолетних, дополнительных гарантиях, социальной поддержке детей- сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, социального обслуживания детей- инвалидов и другая нормативно-правовая документация в области оказания психологической, педагогической, реабилитационной помощи несовершеннолетним, законодательство в области защиты персональных данных; - педагогические закономерности организации образовательного процесса; - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - состав	1	1	

<sup>2</sup>Заполняется при наличии ускоренного обучения.

	испытаний, тестов для всех гендерных и возрастных групп, включая контрольные показатели испытаний, тестов и их нормативные значения.			
<i>ПК-2.2</i>	Умеет: - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно- познавательную деятельность; - планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений; - определять готовность реабилитанта к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации.	<i>1</i>	<i>1</i>	
<i>ПК-2.3</i>	Имеет опыт: - разработки плана проведения занятия по адаптивной физической культуре по программам адаптивного физического воспитания, индивидуального плана физической реабилитации инвалида; - разработки и утверждения графиков проведения тестирования с периодичностью, установленной нормативными правовыми актами; - составления рекомендаций инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях.	<i>1</i>	<i>1</i>	

#### 4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

##### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	Тема 1. Введение в материально-техническое обеспечение.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		

2	Тема 2. Физкультурно-спортивные сооружения для инвалидов.	1	2	4	6		
3	Тема 3. Доступность и оснащённость различных сооружений для инвалидов. Строительные правила и нормы.	1		4	6		
4	Тема 4. Спортивные тренажеры для инвалидов.	1	2	4	6		
5	Тема 5. Виды и конструктивные особенности инвалидных кресел-колясок.	1		4	6		
6	Тема 6. Виды и конструкции протезной техники. Отличительные особенности протезной техники для занятий спортом и применения в обычной жизни.	1	2	2	4		
7	Тема 7. Спортивное оборудование и инвентарь в адаптивной физической культуре и спорте.	1	2	2	4		
<b>Итого: 72 час.</b>		<b>1</b>	<b>10</b>	<b>24</b>	<b>38</b>		<b>Зачет.</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Введение в материально-техническое обеспечение.	1	2		8		
2	Тема 2. Физкультурно-спортивные сооружения для инвалидов.	1		2	8		
3	Тема 3. Доступность и оснащённость различных сооружений для инвалидов. Строительные правила и нормы.	1			10		
4	Тема 4. Спортивные тренажеры для инвалидов.	1		2	10		
5	Тема 5. Виды и конструктивные особенности инвалидных кресел-колясок.	1			10		

<b>6</b>	Тема 6. Виды и конструкции протезной техники. Отличительные особенности протезной техники для занятий спортом и применения в обычной жизни.	<b>1</b>			<b>10</b>		
<b>7</b>	Тема 7. Спортивное оборудование и инвентарь в адаптивной физической культуре и спорте.	<b>1</b>			<b>10</b>		
<b>Итого: 72 час.</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>66</b>		<b>Зачет.</b>



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра анатомии и биологической антропологии**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.06 Возрастная биология человека»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)**

(код и наименование)

Направленность (профиль): **«Адаптивное физическое воспитание»**

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
анатомии и биологической антропологии  
(наименование)  
Протокол № 1 от «27» августа 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель:

Савостьянова Евгения Борисовна, кандидат биологических наук, профессор  
кафедры анатомии и биологической антропологии РГУФКСМиТ;

Силаева Людмила Викторовна, старший преподаватель кафедры анатомии и  
биологической антропологии РГУФКСМиТ;

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

Година Елена Зиновьевна, доктор биологических наук, профессор, заведующая  
кафедрой анатомии и биологической антропологии РГУФКСМиТ

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Данная программа имеет своей целью формирование у студентов биологического мышления и целостного естественнонаучного мировоззрения. Курс позволяет с помощью комплексного и индивидуального подходов изучить человека, стоящего в центре спортивно-педагогической деятельности студента.

Программа включает вопросы биологической сущности человека, место человека в системе животного мира. Рассмотрение общих биологических закономерностей организации живой природы создает предпосылки для изучения человека как биосоциального феномена, его происхождения и биологической изменчивости во времени и пространстве с учетом экологических, географических, климатических факторов, возрастно-половых особенностей развития, сенситивных периодов на этапах этого развития, отклонений в состоянии здоровья и также с учетом вида физической деятельности.

Основные задачи курса заключаются в изучении общих принципов строения и эволюции органического мира, механизмов адаптации с учётом нормы реакции организма и надёжности его систем, а также с учётом дозы влияния факторов среды обитания на функционирование систем организма. В результате освоения курса студентам необходимо знать закономерности роста и развития человека; характеристику механизмов морфофункциональных связей на разных этапах онтогенеза; влияние факторов среды на этих этапах; пубертатные скачки роста и возрастно-половые перекресты; особенности периода полового созревания; роль гормонов в этом периоде; сенситивные периоды признаков; особенности полового диморфизма; влияние различных двигательных режимов на темпы онтогенеза; влияние ранней и повышенной двигательной активности на дефинитивные размеры тела; инволютивные изменения в различных системах организма; особенности долгожительства и акселерации развития. Все полученные знания студент должен грамотно

использовать в своей профессиональной деятельности, чтобы не нанести вред объекту своей деятельности – человеку

Программа реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Программа дисциплины Б1.В.06 Возрастная биология человека «*Возрастная биология человека*» базовой части составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО с учетом рекомендаций и ПООП ВО по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» профиль «Адаптивное физическое воспитание».

Отличительной чертой данного курса является изучение биологии человека, включая те адаптационные механизмы, которые работают на отдельных этапах онтогенеза и в различных экстремальных режимах функционирования. В связи с этим курс позволяет вооружить специалиста в области адаптивной физической деятельности пониманием механизмов взаимодействия «человек-природа» и представлением о генетических и средовых зависимостях в строении и функционировании человека на разных этапах его онтогенетического развития. Освоение курса способствует эффективному и бережному использованию физических нагрузок для рекреационных целей, а также для предупреждения предпатологических состояний опорно-двигательного аппарата.

В системе профессиональной подготовки дисциплина, являясь фундаментальной, обеспечивая базу для дисциплин медико-биологического профиля и для спортивно-практических дисциплин.

## **3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма	Заочная форма
1	3	5	6	7
<b>ПК-4</b>	<b>Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</b>			
<i>ПК-4.1</i>	<i>Знает:</i> - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания	3		5
<i>ПК-4.2</i>	<i>Умеет:</i> - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре	3		5

ПК-4.3	<p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний.</li> <li>- планирования и проведения уроков, направленных на развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов;</li> <li>- разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения.</li> <li>- регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья</li> </ul>	3		5
--------	---	---	--	---

#### **4. Структура и содержание дисциплины (модуля)**

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **3 зачетных единицы, 108 академических часов.**

**Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Раздел 1. Введение в биологическую антропологию</b>		<b>III</b>	<b>4</b>		<b>4</b>		
1.1	Биологическая антропология. Разделы и методы	<b>3</b>	<b>2</b>				
1.2	Биосоциальная эволюция человека. Место человека в системе животного мира	<b>3</b>	<b>2</b>		<b>4</b>		
<b>Раздел 2. Возрастная биология человека</b>		<b>III</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>12</b>		
2.1	Размножение организмов и эмбриональное развитие	<b>3</b>		<b>2</b>	<b>2</b>		
2.2	Генетика пола	<b>3</b>		<b>2</b>	<b>4</b>		
2.3	Периодизация постнатального онтогенеза человека	<b>3</b>	<b>2</b>				
2.4	Постпубертатный период и старение	<b>3</b>	<b>2</b>		<b>2</b>		
2.5	Биологический возраст	<b>3</b>	<b>2</b>				
2.6	Критерии биологического возраста	<b>3</b>		<b>2</b>	<b>4</b>		
<b>Раздел 3. Конституциональная антропология</b>		<b>III</b>	<b>2</b>	<b>22</b>			
3.1	Продольные размеры тела и пропорции	<b>3</b>		<b>4</b>	<b>8</b>		
3.2	Антропометрический метод исследования	<b>3</b>		<b>4</b>	<b>12</b>		
3.3	Морфологические аспекты конституции человека	<b>3</b>		<b>4</b>	<b>10</b>		
3.4	Взаимосвязь морфологической, функциональной и психической конституций	<b>3</b>		<b>2</b>	<b>4</b>		

3.5	Возрастная взаимосвязь физиологических и биохимических процессов с морфологическими преобразованиями организма	3		2			
3.6	Психическое и умственное развитие	3		2	4		
3.7	Морфологическая конституция и болезни	3		2	4		
3.8	Среда обитания и морфологические аспекты экологии человека	3	2		4		
3.9	Основные особенности онтогенеза человека на современном этапе биосоциального развития	3		2	6		
<b>Форма промежуточной аттестации</b>							<b>Зачет</b>
<b>Итого часов:</b>			<b>12</b>	<b>28</b>	<b>68</b>		

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
	<b>Раздел 1. Введение в биологическую антропологию</b>	5	2		18		
	<b>Раздел 2. Возрастная биология человека</b>	5		4	32		
	<b>Раздел 3. Конституциональная антропология</b>	5		4	48		
<b>Форма промежуточной аттестации</b>							<b>Зачет</b>
<b>Итого часов:</b>			<b>2</b>	<b>8</b>	<b>98</b>		

### Разделы и темы, их краткое содержание



Раздел 1. Введение в биологическую антропологию

Раздел 2. Возрастная биология человека

Раздел 5. Конституциональная антропология

## **Раздел I Введение в биологическую антропологию**

### ***Тема 1.1 Биологическая антропология. Разделы и методы***

*Лекция – 4 часа*

Предмет изучения биологической антропологии. Цели и задачи курса антропологии. Разделы антропологии. Антропометрические и антропоскопические признаки. Классические методы, применяемые в антропологических исследованиях: антропометрический, антропоскопический, гониометрический, дерматоглифический методы. Методы, заимствованные у других наук: биохимический метод, физиологический, эмбриологический, генетический, цитогенетический, гистологический, археологический, рентгенографический и другие методы. Методы и их использование в разных отделах антропологии.

– Эволюционная антропология – антропометрический, генетический и археологический методы.

– Возрастная антропология – антропометрический, гониометрический, антропоскопический (для оценки биологического возраста), биохимический, физиологический методы.

– Конституциональная антропология – антропометрический, антропоскопический (для оценки конституциональных признаков), физиологический, биохимический, дерматоглифический методы.

– Спортивная антропология – антропометрический, гониометрический, антропоскопический, биохимический, физиологический, дерматоглифический, генетический и импедансометрический методы.

– Популяционная генетика – генетический, цитогенетический, антропометрический методы.

– Экологическая антропология – антропометрический метод, физиологически и биохимический.

*Самостоятельная работа – 4 часа*

Студенты готовят рефераты на темы:

- «Этапы антропогенеза и биосоциальные изменения на каждом этапе»;
- «Культура на каждом этапе антропогенеза» (образ жизни, находки орудий труда, скульптура, наскальная живопись).

***Тема 1.2 Биосоциальная эволюция человека. Место человека в системе животного мира***

*Лекция – 2 часа*

Понятия антропогенеза и социогенеза в эволюционной антропологии. Движущие силы антропогенеза. Роль решающего и опережающего факторов. Биосоциальный процесс гоминизации. Прародина человека. Этапы эволюции человека. Основные находки.

Моногенизм. Гипотезы происхождения рас. Полиморфизм современных рас и популяций.

Таксономическое положение человека в системе животного мира. Человек как примат. Симиальная теория антропогенеза. Антропогенез - биосоциальная эволюция человека. Биологическое и социальное в процессе сапиенизации человека. Биологическое и социальное в онтогенезе человека. Продолжительность этапов онтогенеза, основные изменения на разных этапах. Последовательность основных фаз онтогенеза, постепенность, цикличность, гетерохронность, эндогенность. Схемы периодизации онтогенеза, предложенные Гиппократом, А.П.Рославским-Петровским,

М.Рубнером, Н.П.Гундобиным, С.Штрацем, А.В.Нагорным. Схемы периодизации, принятые в педагогике и в возрастной морфологии, физиологии и биохимии. Поэтапное формообразование в ростовом периоде.

**Раздел 2 Возрастная биология человека**

***Тема 2.1 Размножение организмов и эмбриональное развитие***

## *Практическое занятие – 2 часа*

Способность к размножению – неотъемлемое свойство живых форм. Классификация способов размножения. Значение полового и вегетативного размножения для сохранения единства вида и его полиморфизма.

Механизм оплодотворения. Оплодотворение у человека. Пронуклеусы. Объединение генетического материала двух половых клеток (гамет). Зигота. Диплоидный набор хромосом. Многократные деления в ходе эмбриогенеза. Этапы эмбриогенеза. Характеристика этапа дробления яйца, гаструляции и органогенеза. Понятия: морула, бластоцель, бластула, бластомеры, бластопор, инвагинация, трехслойная зародышевая структура, эктодерма, мезодерма, энтодерма. Образование тканей, органов и систем органов из каждого зародышевого листка на этапе органогенеза.

Филогенез размножения типа позвоночных. Наружное и внутреннее оплодотворение в разной среде обитания. Строение яйца амниот. Функции скорлупы, хориона, амниона и амниотической жидкости, желточного мешка и аллантаиса. Образование и функции плаценты. Плацентарные животные. Связь онтогенеза и филогенеза – биоэнергетический закон Геккеля.

Эмбриогенез человека. Пронуклеусы. Морула. Бластоциста. Имплантация. Образование и функции ворсинок трофобласта. Внутренняя клеточная масса и образование амниона и желточного мешка. Образование зародышевого диска. Дифференцировка его клеток на эктодерму и энтодерму. Образование мезодермы. Понятие провизорных органов. Плацента. Пупочный канатик. Роды.

Гипоталамо-гипофизарно-гонадные взаимосвязи. Особенности формирования мужского и женского плода. Гипоталамус – основной орган, регулирующий вегетативные функции, биологические ритмы организма, половую дифференцировку и половое созревание. Формирование ядер в отделах гипоталамуса. Трансформация нервного импульса в гормональную регуляцию. Рецепторы гипоталамуса к половым гормонам. Лимбическая система как модулятор деятельности половых желез. Ингибирующее влияние

гиппокампа на гонадотропную функцию гипоталамуса. Тонический центр гипоталамуса, секретирующий гонадотропные гормоны и релизинг-факторы в мужском и женском организмах. Циклический центр в женском организме. Ферментативная система гипоталамуса, превращающая андрогены в эстрогены. Ранняя дифференциация пола.

*Самостоятельная работа 2 - часа*

- 1.Зарисовать и описать этапы деления соматических клеток.
- 2.Зарисовать и описать этапы деления половых клеток.

### ***Тема 2.2 Генетика пола***

*Практическое занятие – 2 часа*

Механизмы передачи наследственной информации. Экспрессия генов и пенетрантность. ДНК как носитель наследственной информации. Структура гена. Генетический код. Молекулярные основы наследственности. Современные представления о геноме человека. Этапы митоза и мейоза. Митозом делятся соматические клетки. Они имеют диплоидный набор хромосом. Количество хромосом сохраняется в образующихся дочерних клетках. Половые клетки образуются в результате мейоза. Они имеют гаплоидный набор хромосом. Генетика пола человека. Соматические и половые хромосомы. Хромосомный набор соматических и половых клеток. Хромосомный набор в зиготах. Гомогаметный и гетерогаметный пол. Определение пола по соматическим клеткам. Тельца Барра. Секс-контроль в спорте. Наследование, сцепленное с полом. Признаки, контролируемые половыми хромосомами. Механизм передачи признаков, сцепленных с X-хромосомой. Понятие «носитель».

*Самостоятельная работа – 4 часа*

**Решение задач, предлагаемых преподавателем по генетике пола.**

### ***Тема 2.3 Периодизация постнатального онтогенеза человека***

*Лекция – 2 часа*

Понятие онтогенеза. Периоды онтогенеза человека и характеристика каждого периода развития: грудной, раннее детство, первое детство, второе детство, подростковый. Понятия: нейтральное детство, пубертатный период, перипубертатный период. Половые различия в темпах онтогенеза. Признаки полового диморфизма. Возрастно-половые перекресты. Возрастные скачки. Сенситивные периоды признаков, изменение роли генетических и средовых факторов в эти периоды. Зрелый возраст первый период. Зрелый возраст второй период. Эндогенные и экзогенные факторы в темпах онтогенеза. Гормоны – канал реализации наследственной программы. Гены, расположенные в половых хромосомах и влияющие на реализацию генетической программы. Характер взаимодействия генотипа и среды. Нарушение темпов развития – численная аномалия половых хромосом. Прямая связь соматических размеров и числа гетерохроматизированных добавочных половых хромосом. Периоды онтогенеза человека: юношеский, зрелый возраст I и II периоды, пожилой возраст, старческий и долгожители. Инволютивные изменения при старении в разных системах организма. Сочетание генетических и средовых факторов. Наследственная обусловленность темпов онтогенеза и старения. Стресс ускоряет процессы старения. Видовая продолжительность жизни. Долгожительство. Закономерности роста и развития человека: эндогенность, цикличность, необратимость, периодичность и синхронность. Факторы роста и развития: эндогенные и экзогенные. Поэтапное включение гормонов в процессы роста и созревания организма человека. Гипоталамо-гипофизарная система. Тропные гормоны. Зависимость темпов развития и морфологических признаков от экзогенных факторов. Факторы урбанизации, негативные экологические факторы, географические, климатические и сезонные факторы. Солнечная инсоляция. Половые различия в реакции на экзогенные факторы. Гетерозис.

#### ***Тема 2.4 Постпубертатный период и старение***

*Лекция – 2 часа*

Юношеский возраст. Созревание репродуктивной функции. Достижение дефинитивных величин морфологических и функциональных признаков. Зрелый возраст первый период – стабильная фаза развития человека. Зрелый возраст второй период: изменение ростовых и функциональных показателей, увеличение массы тела. «Физиологическая норма» как ориентир при оценке биологического возраста в старческом периоде. Популяционные особенности постпубертатного периода. Старение организма – процесс инволютивных изменений со снижением адаптивных возможностей и жизнеспособности человека. Морфологические, физиологические и биохимические показатели проявления. Снижение интеллектуальных способностей и умственной работоспособности. Индивидуальные особенности сохранения психической деятельности и ясности мышления до глубокой старости. Особенности процесса старения: гетерохронность, гетерокинетичность, разнонаправленность. «Демографическая старость». Определения биологического возраста в периоде старения, его критерии, предлагаемые геронтологами. Механизмы торможения старения. Старение на генетическом, клеточном и организменном уровнях. Социальные факторы. Продолжительность жизни индивидуальная и популяционная. Долгожительские генотипы и долгожительские популяции. Общая тенденция удлинения репродуктивного периода и жизненного цикла.

*Самостоятельная работа – 2 часа*

Механизмы старения организма. Стресс как основа старения организма. Общая тенденция удлинения репродуктивного периода и жизненного цикла.

## ***Тема 2.5. Биологический возраст***

*Лекция – 2 часа*

Понятие биологического возраста. Гомеостаз организма как сохранение постоянства в развивающихся системах и способность к самостабилизации. Соотношение биологического и паспортного возрастов. Темпы онтогенеза: средний, замедленный и ускоренный. Балловая и количественная оценка темпов онтогенеза. Степень соотношения биологического и паспортного

возрастов. Критерии биологического возраста: скелетный возраст, зубной возраст, половое развитие, общее соматическое; физиолого-биохимические критерии. Информативность показателей гормональных индексов: тестостерон/кортизол, тестостерон/эстрадиол, тестостерон/СТГ. Психическое развитие и биологический возраст. Показатели стабильной стадии онтогенеза (20-25 лет) для оценки биологического возраста. Акселерация. Проявление акселерации в разных системах организма. Морфологическая конституция как генетический маркер темпов развития ребенка. Проявление акселерации в различных популяционных группах. Экологический градиент «город – село». Влияние ранней спортивной специализации на биологический возраст.

Понятия: частная акселерация и секулярный тренд. Причины акселерации и старения. Долгожительские генотипы и долгожительские популяции. Секулярный тренд. Секулярный тренд и удлинение репродуктивного периода, увеличение продолжительности жизни, укрупнение размеров тела, темпов полового созревания и перестройки структуры заболеваемости. Влияние социально-экономических условий, экологических и природных факторов, солнечной активности. Дисгармоничность в созревании разных систем при акселерации – «синдром напряжения». Соотношение темпов созревания морфологических и психологических признаков организма.

## ***Тема 2.6 Критерии биологического возраста***

### *Практическое занятие – 2 часа*

Понятия биологического и паспортного возраста. Критерии оценки биологического возраста. Костный возраст или костная зрелость. Оценка по рентгенограммам количеств центров окостенения, последовательности появления этих центров и степени их зрелости. Сравнение со стандартными таблицами данного возраста пола и этнической принадлежности. Зубной возраст или зубная зрелость. Оценивается по количеству прорезавшихся или сменившихся зубов и последовательности прорезывания (смены). Полученные результаты сравниваются со стандартными значениями. Степень развития вторичных половых признаков. «Половая формула». Набухание грудных желез

– Ма (сосков у мальчиков), обволошение в подмышечных впадинах –Ах и на лобке –Р. Появление у мальчиков кадыка, ломка голоса, обволошение на теле и лице, увеличение ширины плеч и т.д. У девочек появляются первые менструации (МЕ), расширяются бедра, округляются формы и т.д. Балловая и количественная оценка темпов онтогенеза. Влияние ранней спортивной специализации на биологический возраст.

*Самостоятельная работа – 4 часа*

Дисгармоничность в созревании разных систем при акселерации – «синдром напряжения».

### **Раздел 3 Конституциональная антропология**

#### ***Тема 3.1 Продольные размеры тела и пропорции***

*Практическое занятие – 4 часа*

Студенты знакомятся с понятиями продольных размеров тела и с возможностями их вычисления по формулам: длина корпуса, туловища, руки, плеча, предплечья, кисти, ноги, бедра и голени. Длина тела не высчитывается – это измеренная высота над полом верхушечной точки.

Преподаватель знакомит студентов с понятием пропорций тела человека. Пропорции Homo sapiens: нижние конечности длиннее верхних, проксимальный отдел конечностей длиннее дистального (плечо длиннее предплечья, предплечье длиннее кисти; бедро длиннее голени, голень длиннее стопы) ширина плеч больше ширины таза. Увеличение величины признаков за ростовой период. Зависимость пропорций от генетического и средового факторов. Половой диморфизм. Половые различия в темпах онтогенеза. Расовые, этнические, популяционные и индивидуальные различия в пропорциях тела. Географический фактор.

Возрастные изменения пропорций. Градиент роста. Изменение с возрастом направления градиента роста. Изодинамия и гетеродинамия.

Методы оценки пропорций тела. Метод индексов. Индексы “школьной зрелости”. “Филиппинский тест”. Индекс скелии Мануврия. Метод П.Н.Башкирова. Классификация пропорций тела по П.Н.Башкирову:



долихоморфный, мезоморфный и брахиморфный типы. Долихоморфный тип – относительно (в процентах к длине тела) более длинные конечности, короткое туловище, узкие плечи и таз. Брахиморфный тип имеет противоположную морфологическую характеристику: относительно (в процентах к длине тела) более короткие конечности, длинное туловище, широкие плечи и таз. Мезоморфный тип пропорций занимает промежуточное положение.

*Самостоятельная работа – 8 часа*

Расчетные работы:

- а) вычисление продольных размеров тела;
- б) вычисление компонентов массы тела;
- в) оценка пропорций тела по методу скелии Манувриэ и по методу П.Н.Башкирова.

### ***Тема 3.2 Антропометрический метод исследования***

*Практическое занятие – 4 часа*

Антропометрический метод исследования – основной метод, используемый специалистами при изучении биологии человека.

Студенты изучают правила измерения антропометром и проводят антропометрические измерения. Измеряются:

- высота антропометрических точек над полом – антропометром;
- диаметры тела – большим толстотным циркулем (или тазомером);
- диаметры дистальных эпифизов плеча, предплечья, бедра и голени – скользящим циркулем (или штангенциркулем);
- обхватные размеры тела – сантиметровой лентой;
- кожно-жировые складки – калипер-циркулем.

Студенты овладевают антропометрическим методом и методами вычисления продольных размеров тела, пропорций тела, состава тела (компонентов массы тела) и уровня физического развития.

1. Вычисляют продольные размеры тела:

- длина тела;
- длина корпуса;

- длина верхнего отрезка;
- длина корпуса;
- длина туловища;
- длина руки;
- длина плеча;
- длина предплечья;
- длина кисти;
- длина ноги;
- длина бедра;
- длина голени.

2. Вычисляют пропорции тела (соотношения размеров тела), методом скелии Мануврие, методом П.Н. Башкирова (долихоморфный, мезоморфный и брахиморфный типы пропорций тела), а затем проводят сравнительный анализ, выявляя внутригрупповые различия.

3. Вычисляют компоненты массы тела.

4. Проводят оценку физического развития с помощью построения «Антропометрического профиля».

#### *Самостоятельная работа – 12 часа*

Понятие «физическое развитие». Студенты вычисляют сигмальные отклонения (+1 сигма, –1 сигма) от средних значений (М), представленных в таблицах. Таблицы составлены с учетом видов спорта, пола и ростовых групп. Оцениваются следующие показатели: длины и массы тела, обхвата груди; ширины плеч и таза; длины руки и ноги, плеча и бедра; обхватов плеча и бедра; показателей кистевой динамометрии. Сигмальные отклонения каждого признака отмечаются на графике и оцениваются по следующим градациям: физическое развитие высокое (от М +2 сигмы до М +3 сигмы), физическое развитие выше среднего (от М +1 сигма до М +2 сигмы), физическое развитие среднее (от М +1 сигма до М –1 сигма), физическое развитие ниже среднего (от М –1 сигма до М –2 сигмы), физическое развитие низкое (от М –2 сигмы до М –3 сигмы). Отмеченные на графике сигмальные отклонения признаков,

соединяются прямыми линиями, и по большинству признаков выносятся общая оценка физического развития. Затем студенты проводят сравнительный внутригрупповой анализ.

На основе проведенных измерений студенты вычисляют поверхность тела по методу Изаксона и компоненты массы тела по методу Матейки. Для вычисления поверхности тела используются измерения длины тела, измеренной антропометром и массы тела. Вычисляется абсолютное значение жирового компонента, для чего используются измерения кожно-жировых складок, поверхность тела и константа 1,3. Для подсчета абсолютного значения мышечного компонента измерялись обхватные размеры сегментов конечностей и кожно-жировые складки на этих сегментах, а также длина тела и применяется константа 6,5. Для вычисления абсолютного значения костного компонента измерялись диаметры дистальных эпифизов, длина тела и используется константа 1,2. Относительные значения каждого компонента высчитываются в процентах, путем деления абсолютного значения компонента на массу тела. Использование абсолютных значений компонентов массы тела для индивидуальных динамических наблюдений. Процентный состав тела (относительные значения компонентов) необходим для внутригрупповых исследований, в том числе в разных спортивных специализациях, и межгрупповых. Знакомство с методом биоимпедансометрии.

### ***Тема 3.3 Морфологические аспекты конституции человека***

#### *Практическое занятие – 4 часа*

Понятие о конституции человека. Частные или парциальные конституции. Принцип построения разных конституциональных схем.

Координаты телосложения: долихо-брахиморфная и по компонентам тела. Конституциональные схемы: Кречмера, Сиго, Черноруцкого, Шевкуненко.

Связь конституции с различными заболеваниями: предрасположенность к конкретным заболеваниям. Конституция как генетический маркер темпов онтогенеза. Близнецовые исследования.

Оценка конституции по визуальным признакам. Конституциональные признаки: форма грудной клетки (угол Шарпи), форма спины и живота; развитие жировоголожения, мускулатуры и массивности скелета. Взаимосвязь конституциональных признаков. Форма ног – маркер оценки типа конституции.

Оценка конституции детей и подростков по схеме Штефко-Островского. Смешанные типы. Темпы онтогенеза у разных конституциональных типов.

Оценка конституции мужчин по 2-й схеме В.В. Бунака.

Оценка конституции женщин по схеме Галанта.

Принцип оценки соматотипа по схеме Шелдона и Хит – Картера.

*Самостоятельная работа – 10 часа*

Построение индивидуального антропометрического профиля по измеренным показателям.

### ***Тема 3.4 Взаимосвязь морфологической, функциональной и психической конституций***

*Практическое занятие – 2 часа*

Роль центральной нервной системы в регуляции биохимических процессов в организме. Тип высшей нервной деятельности, психическая индивидуальность и биохимическая индивидуальность. Сочетание физического развития, типа телосложения, внешности с психикой и поведением в работах американского психолога Джона Клозена. Поведение акселерированных и ретардированных детей. Конституция как трехгранная пирамида по Н.Пенде. Генотип – основа пирамиды. Влияние гормонов на метаболизм и соответственно тип телосложения, психическую конституцию. Эндокринная конституция и индивидуальные черты психики. Мозг человека – продуцент нейрогормонов (рилизинг-факторов). Влияние на память и эмоции. Половой диморфизм в психологических характеристиках поведения. Связь гормонального статуса человека с индивидуально-психологическими особенностями. Проявление нейроэндокринных связей в патологии – работы А.И.Белкина. Роль половых гормонов на особенности психики у больных с переменной пола. Конституциональные схемы Э.Кречмера и У.Шелдона,

учитывающие типы темперамента. Генетическая детерминанта в соответствии психических характеристик двум противоположным морфологическим типам (лепто-пикноморфная координата) в теории типов К.Конрада. Подтверждение сопряженности морфологических, функциональных и психологических характеристик в патологии. Восприятие окружающими морфологических особенностей акселерированных и ретардированных типов детей для формирования личностных качеств детей. Сочетание морфологических, физиологических, биохимических и психофизиологических (психологических) критериев при оценке морфологической зрелости.

*Самостоятельная работа – 4 часа*

Схемы оценки психологических типов конституции.

***Тема 3.5 Возрастная взаимосвязь физиологических и биохимических процессов с морфологическими преобразованиями организма***

*Практическое занятие – 2 часа*

Активная роль физиологических и биохимических процессов в возрастных преобразованиях морфологической организации человека. Возрастная динамика функциональных показателей: повышение с возрастом (АД, ЖЕЛ), понижение с возрастом (основной обмен, тироксин, температура ротовой полости) и сложная динамика изменений (гормоны). Относительная стабилизация с возрастом (20-49 лет). Высокая межиндивидуальная изменчивость функциональных показателей. Половой диморфизм возрастной динамики. Связь половых гормонов с первичными и вторичными половыми признаками, половым поведением, с обменом веществ и морфогенезом, увеличением размеров тела, изменением пропорций тела и составом тела, развитием мускулатуры у мужчин и жиротложения у женщин, повышением гемоглобина и эритроцитов у мужчин, повышением анаболического влияния на синтез белка в костной и мышечной тканях. Циклические изменения функциональных показателей у женщин. Гормональная подготовка пубертатных скачков. Пики выделения СТГ, тестостерона, соматомединов, кортизола, инсулина, тироксина. Периоды их совместного воздействия и

проявление антагонизма в определении ростовых и анаболических процессов. Завершение линейного роста, созревание репродуктивной функции и гормональные перестройки при ее завершении (менопауза и андропауза). Взаимосвязь биохимических показателей с типом телосложения. Популяционный аспект в возрастной изменчивости признаков.

### ***Тема 3.6 Психическое и умственное развитие***

#### *Практическое занятие – 2 часа*

Формирование психических процессов в онтогенезе человека. Биологическая детерминанта американского психолога Арнольда Гезела в формировании психо-эмоционального созревания. Уравновешенность – 10лет; перестройка – 11лет; позитивная разумность и терпимость – 12лет; чувствительность и самокритичность – 13лет; энергичность и общительность – 14лет; начало сознательного самовоспитания, ранимость – 15лет; жизнерадостность, эмоциональная уравновешенность – 16лет. Разграничение биологического и культурного созревания в работах Шарлотты Бюлер. Две фазы переходного периода: негативная и позитивная. Возрастно-половые пределы фаз. Влияние окружающей среды на формирование личности в работах Курта Левина. Восемь фаз жизненного цикла в работах Эрика Эриксона. Сочетание соматического развития, сознания и социального развития. Теории моделей индивидуального развития. Гетерохронность индивидуального формирования зрелости (сроков биологического и психического созревания). Определение психического возраста, многообразие индикаторов определения. Стадиальный подход к развитию интеллекта в работах швейцарского психолога Жана Пиаже. Применение психологических тестов для оценки умственного развития, индекс интеллекта (IQ). Учет национальных, социальных и профессиональных особенностей культуры при тестировании.

#### *Самостоятельная работа – 4 часа*

Взаимоотношения типов телосложения и предрасположенности к определенным заболеваниям.

### ***Тема 3.7 Морфологическая конституция и болезни***

#### ***Практическое занятие – 2 часа***

Взаимоотношения типов телосложения и предрасположенности к определенным заболеваниям. Диагностическое и прогностическое значение конституциональной типологии. Предрасположенность лептосомных конституций к заболеванию туберкулезом, увеличенному неврозу, гастриту, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, вегетативной дистонии и гипотонии и т.д. Избыточная масса тела, ожирение и топография подкожного жираотложения (в верхней части туловища) как факторы риска сахарного диабета, атеросклероза, гипертонии, подагры. Дети дигестивного типа, их предрасположенность к хроническому тонзиллиту, аллергии, заболеваниям кожи, гипертонии и склонности к гипертрофии лимфатической ткани. Связь психических заболеваний (шизофрения, маниакально-депрессивный психоз, паранойя; истерия, депрессия, симптомы тревоги и страха) с телосложением. Конституция и патология: гипергонадизм, гипогонадизм, синдром Шерешевского-Тернера (ХО), синдром Клайнфельтера (ХХУ), синдром трисомии Х (ХХХ), синдром 47 (ХУУ), карликовый нанизм и гигантизм.

### ***Тема 3.8 Среда обитания и морфологические аспекты экологии человека***

#### ***Лекция – 2 часа***

Общая характеристика среды обитания. Факторы естественной и искусственной среды. Концепция целостности в восприятии человека и окружающего его мира. Общие законы для живой и неживой природы.

Выяснение форм изменчивости индивида под воздействием факторов среды. Учет возрастно-половой, конституциональной и этнической принадлежности. Степень восприимчивости индивида к факторам среды. Гипотеза «конфликта организма со средой».

Понятия адаптации и акклиматизации. Биологический аспект адаптации: исторический и онтогенетический. Морфологические и физиолого-биохимические параметры адаптации организма человека. Экологические особенности конституции человека. Географические различия адаптивных

сообществ. Классические экологические правила Бергмана и Аллена применительно к популяциям человека.

Адаптивные типы: арктический, тропический, аридный, высокогорный. Эколого-морфологические закономерности. Фактор холодового стресса и структурные особенности организма человека.

Степень восприимчивости индивида к факторам среды. Конфликт организма со средой. «Экологическая дифференциация пола» как степень полового диморфизма в разных климатогеографических зонах.

Человеческий фактор и его оценка с разных позиций: трудовой деятельности, профессиональной и спортивной. Морфологические аспекты адаптации организма. Работы П.Ф.Лесгафта по структурно-функциональным зависимостям. Разграничение биологических и социальных аспектов в морфологических проявлениях адаптации. Противоречия этих аспектов.

Стратегия адаптации с учетом длительности приспособления организма и надежности возникающих при этом механизмов. Проблема сохранения здоровья на фоне высоких спортивных достижений.

*Самостоятельная работа – 4 часов*

### ***Тема 3.9 Основные особенности онтогенеза человека на современном этапе биосоциального развития***

*Практическое занятие – 2 часа*

На заключительном занятии студенты обсуждают особенности морфологического строения человека и те филогенетические изменения, которые можно наблюдать на современном этапе. Биологическая организация человека полностью не завершена на современном этапе. Эволюционные тенденции редуцированных изменений в скелете (ослабление массивности костяка, уменьшение массы компактного вещества кости на единицу длины тела, грацилизация челюстного аппарата, уменьшение размера зубов, редукция зубов мудрости, укорочение туловища, уменьшение латеральных пальцев стопы; увеличение репродуктивного периода). Замедление редуцированных



явлений случайными мутациями. Увеличение масса мозга и длины тела. Связь эпохальных колебаний длины тела и массивности костей с изменениями интенсивности геомагнитного поля Земли. Ограничивающие рамки стабилизирующего отбора в изменении генофонда популяции. Дизруптивный отбор и полиморфизм популяции. Приспособленность популяции к изменениям условий среды. «Адаптивные типы» современного человека. Адаптация к экстремальным климатическим зонам (субарктической и субэкваториальной). Отбор наиболее приспособленных генотипов. Панмиксные популяции и сохранение «генетического гомеостаза» генофонда (ограничение проявлений результатов вредных мутаций, миграций и изоляции). Разновременные и разнонаправленные колебания структурных характеристик в пределах видового комплекса. Наблюдаемые эпохальные колебания как основа для эволюционных изменений.

*Самостоятельная работа – 6 часов*

Подготовка к тестовому контролю.

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Вопросы для зачета**

1. Этапы эволюции человека. Механизмы сапиенизации.
2. Почему у современного человека и современных человекообразных обезьян много общих признаков.
3. Периодизация онтогенеза человека.
4. Понятие пренатального онтогенеза. Этапы. Половые особенности.
5. Нейрогуморальная регуляция в дифференциации пола.

6. Периоды постнатального онтогенеза.
  7. Факторы, регулирующие темпы онтогенеза.
  8. Эндогенные факторы роста и развития.
  9. Экзогенные факторы, ускоряющие и замедляющие темпы онтогенеза.
  10. Темпы онтогенеза и аномалии развития.
  11. Перипубертатный период – период активного роста.
  12. Гормональная подготовка пубертатного периода.
  13. Участие гормонов в пубертатном скачке роста и в обменных процессах организма.
  14. Признаки полового диморфизма. Их связь с половыми гормонами.
- Морфологические проявления нарушений в соотношении гормонов.
15. Характеристика юношеского периода и зрелого возраста.
  16. Особенности старения организма и долгожительство.
  17. Понятие биологического возраста. Критерии биологического возраста.
  18. Темпы онтогенеза и морфологическая конституция.
  19. Секулярный тренд и его проявления. Частная акселерация и факторы ее вызывающие.
  20. Возрастная динамика функциональных показателей.
  21. Функциональные особенности андрогенов и эстрогенов. Их взаимосвязи с соматическим развитием мужского и женского организмов.
  22. Связь гормонов с ростовыми и анаболическими процессами, а также с репродуктивной функцией.
  23. Ростовые скачки в выделении гормонов. Менопауза и андропауза.
  24. Этапы формирования психических функций в онтогенезе человека.
- Применение психологических тестов.
25. Понятие морфологической конституции. Принципы построения различных конституциональных схем.
  26. Критерии оценки морфологической зрелости.
  27. Конституция человека и патология.

28. Конституция человека и предрасположенность к различным заболеваниям.

29. Связь психических заболеваний с телосложением.

30. Тенденции эволюционных изменений в строении тела человека и темпах его онтогенеза на современном этапе развития.

### *Самостоятельная работа*

#### ***А) Примерная тематика рефератов***

1. «Этапы антропогенеза и биосоциальные изменения на каждом этапе»

2. «Культура на каждом этапе антропогенеза»

3. «Гормональное участие в пубертатном периоде»

#### ***Б) Измерительные и расчетно-графические работы***

1. Антропометрические измерения

2. Вычисление продольных размеров тела

3. Вычисление поверхности и состава тела: мышечного, костного и жирового компонентов

4. Оценка пропорций тела

5. Построение «Антропометрического профиля физического развития»

6. Оценка типа конституции

7. Оформление результатов измерений в «Карту антропометрического обследования»

#### ***В) Контрольная работа***

1. Генетика пола

#### ***Г) Выступление на семинаре***

Эмбриональное развитие. Этапы эмбриогенеза

#### ***Д) Подготовка доклада***

1. Антропологический метод исследования морфофункциональных показателей на этапах онтогенеза

2. Дерматоглифический метод оценки генетических нарушений

Тесты для самостоятельной работы студентов по темам курса

**1. Современная антропология изучает вопросы**

- 1) исторического прошлого человечества по вещественным источникам
- 2) адаптации к физическим нагрузкам
- 3) становления и развития общества
- 4) происхождения и биологической изменчивости человека

**2. Эволюция человека – это процесс только**

- 1) биологический
- 2) исторический
- 3) социальный
- 4) биосоциальный

**3. «Антропос» в переводе с греческого означает**

- 1) человек
- 2) индивид
- 3) общество
- 4) примат

**4. Немецкий антрополог Рудольф Мартин создал методику**

- 1) динамометрии
- 2) краниометрии
- 3) антропометрии
- 4) гониометрии

**5. Соматология изучает**

- 1) строение человеческого тела в целом
- 2) культуру человека
- 3) вариации роста зубов
- 4) этапы эмбриогенеза человека

**6. Морфология человека - это раздел антропологии, изучающий**

- 1) физическое развитие человека
- 2) генетику человека
- 3) эволюцию человека

4) этнографию

**7. Основные проблемы гендерной антропологии заключаются в изучении**

1) морфологических и физиологических аспектов пола

2) становления гражданского общества

3) адаптивных типов

4) популяционных различий у людей

**8. Этнология изучает**

1) строение органов

2) рост костей

3) культуру

4) сенситивные периоды

**9. Мезозойская эра была**

1) 100 млн лет назад

2) 200 млн лет назад

3) 300 млн лет назад

4) 400 млн лет назад

**10. Антропогенез рассматривает**

1) происхождение и эволюцию человека

2) онтогенез человека

3) формирование рас

4) популяционные особенности

**11. Биологическая антропология включает следующие разделы**

1) морфология человека, социология

2) антропогенез, эвристика

3) морфология человека, антропогенез

4) морфология человека, аксиология

**12. Вид HOMO SAPIENS относится к отряду**

1) широконосых

2) приматов

- 3) панголин
- 4) неполнозубых

**13. Вид HOMO SAPIENS относится к типу**

- 1) позвоночных
- 2) черепных
- 3) хордовых
- 4) прямоходящие

**14. Мустьерская культура относится к**

- 1) верхнему палеолиту
- 2) среднему палеолиту
- 3) нижнему палеолиту
- 4) мезолиту

**15. Время появления вида HOMO SAPIENS**

- 1) каменноугольный период
- 2) девонский период
- 3) эпоха плейстоцена
- 4) эпоха голоцена

**16. Мустьерская культура характерна для**

- 1) австралопитеков
- 2) кроманьонцев
- 3) неандертальцев
- 4) питекантропов

**17. «Человек умелый» на латинском языке**

- 1) Homo habilis
- 2) Homo erectus
- 3) Homo sapiens
- 4) Homo neanderthalensis

**18. Вид HOMO SAPIENS относится к**

- 1) широконосим обезьянам
- 2) узконосым обезьянам

- 3) костистым обезьянам
- 4) цепкохвостым обезьянам

**19. Наибольшая степень морфологического сходства определяется между человеком и**

- 1) гориллой
- 2) гиббоном
- 3) шимпанзе
- 4) орангутаном

**20. У шимпанзе позвоночный столб имеет ... изгибов**

- 1) один
- 2) два
- 3) три
- 4) четыре

**21. Олдувайская культура связана с изготовлением**

- 1) каменных рубил
- 2) изделий из гальки со сколами
- 3) наконечников стрел
- 4) изделий из кости

**22. Прародиной человечества считается**

- 1) Юго-Восточная Африка
- 2) Северная Африка
- 3) Западная Европа
- 4) Средняя Азия

**23. Изготовление чопперов характерно для**

- 1) Олдувайской культуры
- 2) каменной культуры Мустье
- 3) Ориньякской культуры
- 4) Мадленской культуры

**24. Первые прямоходящие предки человека**

- 1) дриопитеки

- 2) питекантропы
- 3) австралопитеки
- 4) рамапитеки

**25. Олдувайская культура была открыта**

- 1) Г. Хеберером
- 2) М. и Л. Лики
- 3) Я.Я. Рогинским
- 4) Ф. Вейденрейхом

**26. Индивидуальное развитие называется**

- 1) филогенез
- 2) антропогенез
- 3) онтогенез
- 4) фетогенез

**27. Первый возрастно-ростовой перекрест происходит в**

- 1) первый год жизни
- 2) 8-10 лет
- 3) 13-15 лет
- 4) 18-20 лет

**28. Ауксология изучает особенности человека**

- 1) этнические
- 2) одонтологические
- 3) возрастные
- 4) психологические

**29. Активная скорость линейного роста нижних конечностей  
продолжается до**

- 1) 8-10 лет
- 2) 11-12 лет
- 3) 14-15 лет
- 4) 16-17лет

**30. Нейтральное детство - это период онтогенеза человека**



- 1) между первым и вторым детством
- 2) между пубертатным периодом и юношеским
- 3) не имеющий половых различий
- 4) не имеющий активных скоростей роста

**31. Первый период зрелого возраста у мужчин продолжается в**

- 1) 17-21год
- 2) 22-35лет
- 3) 36-60лет
- 4) 17-35лет

**32. Замена молочных зубов на постоянные зубы и появление новых зубов происходит в интервале**

- 1) 10-12 лет
- 2) 3-4 лет
- 3) 6-14 лет
- 4) 15-20 лет

**33. Молочные зубы при среднем темпе онтогенеза появляются в**

- 1) 4 месяца
- 2) 6 месяцев
- 3) 11 месяцев
- 4) 12 месяцев

**34. Эпохальные колебания темпов развития называются**

- 1) скачок роста
- 2) дефинитивные колебания
- 3) эволюционный тренд
- 4) секулярный тренд

**35. Период полового созревания называется периодом**

- 1) дефинитивным
- 2) инволютивным
- 3) пубертатным
- 4) нейтральным

**36. Формулы для определения компонентов массы тела разработал**

- 1) Э. Кречмер
- 2) В.В. Бунак
- 3) Я. Матейка
- 4) М.В. Черноруцкий

**37. По схеме соматотипирования Хит-Картера оценивается**

- 1) астеническая компонента
- 2) нормостеническая составляющая
- 3) жировой компонент
- 4) экторморфия

**38. П.Н. Башкиров предлагает выделять тип пропорций**

- 1) брахиморфный
- 2) нормостенический
- 3) пикнический
- 4) брюшной

**39. К типам конституции женщин по схеме Галанта относится тип**

- 1) стенопластический
- 2) мускульный
- 3) мезоморфный
- 4) грудной

**40. Черноруцкий предложил выделять тип**

- 1) мускульный
- 2) брюшной
- 3) грудной
- 4) нормостенический

**42. По конституциональной схеме Штефко–Островского выделяется**

**тип**

- 1) гиперстенический
- 2) пикнический
- 3) торакальный

4) брюшной

**43. Характеристика эндо-, экто- и мезоморфии оценивается в схеме**

1) В.Б. Штефко - А.Д. Островского

2) У. Шелдона

3) В.В. Бунака

4) И.Б. Галанта

**44. Использование индексов применяется в схеме соматотипирования**

1) Черноруцкого

2) Хит-Картера

3) Бунака

4) Гиппократ

**45. Калипер используется для измерения**

1) кожно-жировых складок

2) ширины плеч

3) диаметров дистальных эпифизов

4) продольных размеров тела

**51. Избыточная масса тела наблюдается при индексе Кетле выше**

1) 24,9 кг/м<sup>2</sup>

2) 18,5 кг/м<sup>2</sup>

3) 30 кг/м<sup>2</sup>

4) 26 кг/м<sup>2</sup>

**46. Для вычисления костного компонента в составе массы тела**

**необходимо измерить**

1) ширину таза

2) обхваты конечностей

3) диаметры дистальных эпифизов

4) поперечный диаметр грудной клетки

**47. Выберите исследователя, предложившего формулу для вычисления поверхности тела**

1) У. Шелдон

- 2) В.В. Бунака
- 3) Я. Матейка
- 4) Ф. Изаксон

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### а) Основная литература:

1. Самусев, Р. П. Возрастная морфология (Ч. I) [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Е. В. Зубарева, Е. С. Рудаскова, Р. П. Самусев. – Волгоград: ВГАФК, 2012. – 177 с.: ил. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/233128.info>

2. Спортивная морфология [Электронный ресурс] : учеб. пособие [для студентов вузов] : направление 44.04.01 "Педагогическое образование", направленность "Физкультурное образование" / М. А. Попова, А. Э. Щербакова, А. Ю. Дронь, Р. М. Сафин, И. В. Мыльченко .– Сургут : РИО СурГПУ, 2016 .– 133 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/670831.info>

3. Мартиросов Э.Г. Методы исследования в спортивной антропологии. – М.: Физкультура и спорт, 1982.

4. Никитюк Б.А. Морфология человека / Б.А. Никитюк, В.П. Чтецов. – М.: Изд-во МГУ, 1990.

5. Хрисанфова Е.Н. Антропология: Учебник / Е.Н. Хрисанфова, И.В. Перевозчиков. – 4-е изд. – М.: Наука, 2005.

6. Харитонов В.М., Ожигова А.П., Година Е.З., Хрисанфова Е.Н., Бацевич В.А. Антропология: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. М., 2003.

7. Харрисон Дж., Уайнер Дж., Тэннер Дж., Барникот Н., Рейнолдс В. Биология человека. М., 1979.

### б) Дополнительная литература:

1. Агаджанян Н.А. Экология человека и интегративная антропология / Н.А. Агаджанян, Б.А. Никитюк, И.Н. Полуниин. – М.: Рос. Акад. Мед. Наук, 1996.

2. Гиляров А.М. Популяционная экология.– М.: Изд-во МГУ, 1990.
3. Рогинский Я.Я., Левин М.Г. Антропология. М., 1963.
4. Интеграция знаний в науке о человеке: (Современная интегративная антропология). – М.: СпортАкадемПресс, 2000.
5. Рожков, М.С. Руководство к практическим занятиям по спортивной морфологии [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, М.С. Рожков .— Омск : Изд-во СибГУФК, 2015 .— 136 с. : ил. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/64098.info>
6. Садохин А.П. Концепции современного естествознания: Учебник для ВУЗов. – М: ЮНИТИ-ДАНА, 2006.
7. Антропология : учебно-методический комплекс : [16+] / сост. Б. Х. Панеш. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 376 с. : табл. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=446516>
8. Биология человека : методические указания / Гниломедова Л.П. — Кинель: РИО СамГАУ, 2019 .— 48 с. <https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=700729>
9. Козлова, М. А. Антропология : учебник и практикум для вузов / М. А. Козлова, А. И. Козлов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 319 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/512349>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.vesti-nauka.ru> – сайт новостей в науке;
3. <http://www.lenta.ru/science> – сайт новостей в науке;
4. <http://www.dic.academic.ru>;
5. <http://www.nedug.ru/library>.
6. <http://window.edu.ru>
7. <http://humbio.ru>
8. <http://meduniver.com/Medical/Anatom/421/html>;
9. <http://www.anatomy.tj/> – Анатомический атлас;

10. <http://www.anatomus.ru/> – Анатомия человека;
11. <http://www.anatomiya-atlas.ru/> – Атлас анатомии человека, анатомия в картинках;
12. <http://nmu-student.narod.ru/anatomysapin/> – Электронный учебник Сапина М.Р.;
13. <http://www.anatomiya.-portal.info/> – Анатомический портал;
14. <http://slovar-anatomy.ru/> – Словарь анатомии человека;
15. <http://www/e-anatomy.ru/> – Анатомия. Виртуальный атлас. Строение Человека;
16. <http://www.allanatomy.ru/> – Анатомия человека
17. <http://www.alleng.ru/edu/biol.htm> – Образовательный ресурс

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

- Windows Professional, x64 Ed. Лицензия 43020593. Авторизация 63009319ZZE0911, SoftLine 2007-11-15
- Microsoft Office. Лицензия 87473227, SoftLine 2018-12-30
- Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус) Лицензия 330866598, SoftLine 2018-12-30
- Acrobat Reader DC. Лицензия не требуется.

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации – в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

***Отечественные базы данных:***

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. ЭБС ЮРАЙТ <https://urait.ru/library/uchebniki-dlya-vuzov/po-ugs/49-00-00-fizicheskaya-kultura-i-sport/49-03-02-fizicheskaya-kultura-dlya-lic-s-otklonenyami-v-sostoyanii-zdorovya-adaptivnaya-fizicheskaya-kultura>

4. Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>
5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>
6. Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
7. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. <http://elibrary.ru/defaultx.asp>

***Зарубежные базы данных:***

«Health Research Premium Collection» компании ProQuest [www.proquest.com](http://www.proquest.com)

**7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийные классы, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

2 Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской

3 Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети Internet и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

4 Секционные залы (учебные аудитории) для проведения практических занятий с комплектом аудиторной мебели, ученической доской, набором таблиц, муляжей, барельефов.

5. Анатомический музей, включающий натуральные экспонаты по всем системам и органам человека, муляжи, модели, скелеты для проведения занятий, самостоятельной работы студентов и экскурсий. Учебный класс с интерактивной доской, телевизором и персональным компьютером с выходом в сеть Internet.

6. Гистологическая лаборатория с микроскопами и гистологическими препаратами.

7. Компьютерный класс с персональными компьютерами с программным обеспечением, с возможностью подключения к сети Internet и доступом в электронную информационно-образовательную среду.

8. Антропологическая лаборатория, включающая анализатор оценки баланса водных секторов организма с программным обеспечением «АВС-01” Медас»; анализатор оценки баланса водных секторов организма с программным обеспечением «АВС-01” Медас-Спорт»; комплекты инструментов для антропометрических измерений; плантограф, динамометры, медицинские весы.



## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) **Б1.В.06 Возрастная биология человека для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 2 и 3 курса, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) направленности (профилю) «Адаптивное физическое воспитание» очная и заочная формам обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: анатомии и биологической антропологии

Сроки изучения дисциплины (модуля): очная 3 семестр и заочная форма

5 семестр

Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Закономерности и факторы роста и развития	3 неделя	5
2	Эмбриональный период	4 неделя	10
3	Периодизация онтогенеза человека	6 неделя	15
4	Биологический возраст и критерии его оценки	7неделя	10
5	Конституциональная биология. Методы исследования пропорций тела и морфологической конституции	8 неделя	20
6	Физическое развитие человека и методы его оценки	10 неделя	10
7	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	10
	<b>Зачёт</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Генетика пола»</i>	5
2	<i>Выступление на семинаре «Эмбриональное развитие. Этапы эмбриогенеза »</i>	10
3	<i>Подготовка доклада «Антропологический метод исследования</i>	10

	<i>морфофункциональных показателей на этапах онтогенеза»</i>	
4	<i>Написание реферата по теме «Гормональное участие в пубертатном периоде»</i>	15
5	<i>Презентация по теме «Дерматоглифический метод оценки генетических нарушений»</i>	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».
- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим мероприятия при прохождении практики. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра анатомии и биологической антропологии**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.06 Возрастная биология человека»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)**  
(код и наименование)

Направленность (профиль): **«Адаптивное физическое воспитание»**  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 3 зачетных единицы, 108 академических часов.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** очная форма 3 семестр и заочная форма 5 семестр

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):**

Данная программа имеет своей целью формирование у студентов биологического мышления и целостного естественнонаучного мировоззрения. Курс позволяет с помощью комплексного и индивидуального подходов изучить человека, стоящего в центре спортивно-педагогической деятельности студента.

Программа включает вопросы биологической сущности человека, место человека в системе животного мира. Рассмотрение общих биологических закономерностей организации живой природы создает предпосылки для изучения человека как биосоциального феномена, его происхождения и биологической изменчивости во времени и пространстве с учетом экологических, географических, климатических факторов, возрастно-половых особенностей развития, сенситивных периодов на этапах этого развития, отклонений в состоянии здоровья и также с учетом вида физической деятельности.

Основные задачи курса заключаются в изучении общих принципов строения и эволюции органического мира, механизмов адаптации с учётом нормы реакции организма и надёжности его систем, а также с учётом дозы влияния факторов среды обитания на функционирование систем организма. В результате освоения курса студентам необходимо знать закономерности роста и развития человека; характеристику механизмов морфофункциональных связей на разных этапах онтогенеза; влияние факторов среды на этих этапах; пубертатные скачки роста и возрастно-половые перекресты; особенности периода полового созревания; роль гормонов в этом периоде; сенситивные периоды признаков; особенности полового диморфизма; влияние различных двигательных режимов на темпы онтогенеза; влияние ранней и повышенной двигательной активности на дефинитивные размеры тела; инволютивные

изменения в различных системах организма; особенности долгожительства и акселерации развития. Все полученные знания студент должен грамотно использовать в своей профессиональной деятельности, чтобы не нанести вред объекту своей деятельности – человеку.

Программа реализуется на русском языке.

#### 4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма	Заочная форма
1	3	5	6	7
<b>ПК-4</b>	<b><i>Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</i></b>			
<b>ПК-4.1</b>	<b><i>Знает:</i></b> <i>- методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания</i>	3		5

ПК-4.2	<p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; -</li> <li>критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре</li> </ul>	3		5
ПК-4.3	<p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов;</li> <li>- разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья</li> </ul>	3		5

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Раздел 1. Введение в биологическую антропологию</b>		<b>III</b>	<b>4</b>		<b>4</b>		
1.1	Биологическая антропология. Разделы и методы	<b>3</b>	<b>2</b>				
1.2	Биосоциальная эволюция человека. Место человека в системе животного мира	<b>3</b>	<b>2</b>		<b>4</b>		
<b>Раздел 2. Возрастная биология человека</b>		<b>III</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>12</b>		
2.1	Размножение организмов и эмбриональное развитие	<b>3</b>		<b>2</b>	<b>2</b>		
2.2	Генетика пола	<b>3</b>		<b>2</b>	<b>4</b>		
2.3	Периодизация постнатального онтогенеза человека	<b>3</b>	<b>2</b>				
2.4	Постпубертатный период и старение	<b>3</b>	<b>2</b>		<b>2</b>		
2.5	Биологический возраст	<b>3</b>	<b>2</b>				
2.6	Критерии биологического возраста	<b>3</b>		<b>2</b>	<b>4</b>		
<b>Раздел 3. Конституциональная антропология</b>		<b>III</b>	<b>2</b>	<b>22</b>			
3.1	Продольные размеры тела и пропорции	<b>3</b>		<b>4</b>	<b>8</b>		

3.2	Антропометрический метод исследования	3		4	12		
3.3	Морфологические аспекты конституции человека	3		4	10		
3.4	Взаимосвязь морфологической, функциональной и психической конституций	3		2	4		
3.5	Возрастная взаимосвязь физиологических и биохимических процессов с морфологическими преобразованиями организма	3		2			
3.6	Психическое и умственное развитие	3		2	4		
3.7	Морфологическая конституция и болезни	3		2	4		
3.8	Среда обитания и морфологические аспекты экологии человека	3	2		4		
3.9	Основные особенности онтогенеза человека на современном этапе биосоциального развития	3		2	6		
<b>Форма промежуточной аттестации</b>							<b>Зачет</b>
<b>Итого часов:</b>			<b>12</b>	<b>28</b>	<b>68</b>		

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
	<b>Раздел 1. . Введение в биологическую антропологию</b>	<b>5</b>	<b>2</b>		<b>18</b>		
	<b>Раздел 2. Возрастная биология человека</b>	<b>5</b>		<b>4</b>	<b>32</b>		



<b>Раздел 3. Конституциональная антропология</b>	<b>5</b>		<b>4</b>	<b>48</b>		
<b>Форма аттестации</b>	<b>промежуточной</b>					<b>Зачет</b>
<b>Итого часов:</b>		<b>2</b>	<b>8</b>	<b>98</b>		

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Туризма, Рекреации Реабилитации, и Фитнеса**

**Кафедра иностранных языков и лингвистики**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)  
Б1.В.07 ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК (ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ)**

Направление подготовки/специальность:

**«49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями состояния  
здоровья (адаптивная физическая культура)»**

Направленность (профиль): **Лечебная физическая культура, Физическая  
реабилитация, Адаптивное физическое воспитание.**

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) **Б1.О.07**  
**ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК (ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ)**

Направление подготовки/специальность:

**«49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями состояния  
здоровья (адаптивная физическая культура)»**

Направленность (профиль): **Лечебная физическая культура, Физическая  
реабилитация, Адаптивное физическое воспитание.**

утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института Гуманитарного  
Протокол № 1 от «26» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель:

Жамалетдинова Татьяна Анатольевна, старший преподаватель кафедры  
иностранных языков и лингвистики

Рецензент:

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля).

Целью освоения дисциплины (модуля) является:

- повышение исходного уровня владения иностранным языком и обучение практическому владению разговорно-бытовой речью для активного применения иностранного языка, как в повседневном, так и в профессиональном общении, а также в дальнейшем самообразовании.

## 2. Место дисциплины (модуля) Б1.В.07 Профессиональный Иностранный язык в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Профессиональный иностранный язык» входит в ЧФУ Блока I ФГОС ВО и является обязательной к изучению.

Курс дисциплины «Профессиональный иностранный язык» проводится в втором и третьем семестрах второго года обучения и базируется на знаниях, умениях, навыках, приобретенных студентами в процессе обучения иностранному языку в средней школе и на первом курсе.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения	
1	2	3	4	
УК-4	УК-4.1. Знает общеупотребительную лексику и систему современного иностранного языка; нормы словоупотребления; основы грамматики; орфографические нормы и нормы пунктуации изучаемого иностранного языка.  УК-4.2. Умеет логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь на иностранном языке. УК-4.3. Умеет использовать государственный язык Российской Федерации и иностранный язык, как эффективное средство общения.  УК-4.4. Владеет одним из иностранных языков на	3	3	

	уровне, обеспечивающем эффективную межличностную и межкультурную деятельность. УК-4.5. Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном языке в учебной и профессиональной деятельности			
--	--	--	--	--

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

##### Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль		
1	Глагол to be в Present/Past/Future. Указательные местоимения this/that/these/those. Личные и притяжательные местоимения. Вопросительные местоимения. Безличные предложения)	3						
2	Тема 1 Спортивная реабилитация	3		5	5			
3	.(Местоимения some/any/no, many/much, little / few, a little / a few. Количественные и порядковые числительные. Порядковые числительные. Личные местоимения в объектном падеже)	3						
4	Тема 2: Параолимпийские игры	3		5	5			
5	(Настоящее неопределенное время The Present Indefinite Tense. Глагол to have в настоящем времени. Настоящее продолженное время							

	The Present Continuous. Степени сравнения прилагательных)						
<b>6</b>	<b>Тема 3.</b> Адаптивное физическое воспитание	<b>3</b>		<b>5</b>	<b>5</b>		
<b>7</b>	(Правильные и неправильные глаголы. The Past Indefinite Tense. The Present Perfect Tense. Выражение have got.	<b>3</b>					
<b>8</b>	<b>Тема 4.</b> Спортивная травма	<b>3</b>		<b>5</b>	<b>5</b>		
<b>9</b>	(The Future Indefinite Tense. Модальные глаголы can, may, must, have to, needn't. Производные местоимения. Повелительное наклонение. Вопросительно-отрицательные предложения)	<b>3</b>					
<b>10</b>	<b>Домашнее чтение</b>	<b>3</b>		<b>5</b>	<b>10</b>		
<b>11</b>	The Past Continuous Tense. The Past Perfect Tense. Косвенная речь. Согласование времен	<b>3</b>					
<b>12</b>	( Формы выражения будущего времени. The Present Continuous Tense / be going to. The Future Indefinite Tense. The Future Continuous Tense. The Future Perfect Tense. Придаточные предложения условия и времени.)	<b>3</b>					
<b>13</b>	<b>Контрольная работа</b>	<b>3</b>		<b>5</b>	<b>12</b>		
	<b>Всего за 3семестр - 72</b>			<b>30</b>	<b>42</b>		<b>Диф. Зачет</b>
	<b>Итого часов - 72</b>						<b>Всего 72 часа</b>

### Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)					Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль			
1	Глагол to be в Present/Past/Future. Указательные местоимения this/that/these/those. Личные и притяжательные местоимения. Вопросительные местоимения. Безличные предложения)	3							
2	<b>Тема 1</b> Спортивная реабилитация	3		1	10				
3	.(Местоимения some/any/no, many/much, little / few, a little / a few. Количественные и порядковые числительные. Порядковые числительные. Личные местоимения в объектном падеже)	3							
4	<b>Тема 2:</b> Параолимпийские игры	3		1	10				
5	(Настоящее неопределенное время The Present Indefinite Tense. Глагол to have в настоящем времени. Настоящее продолженное время The Present Continuous. Степени сравнения прилагательных)								
6	<b>Тема 3.</b> Адаптивное физическое воспитание	3		1	10				
7	(Правильные и неправильные глаголы. The Past Indefinite Tense. The Present Perfect Tense. Выражение have got.	3							
8	<b>Тема 4.</b> Спортивная травма	3		1	10				
9	(The Future Indefinite Tense. Модальные глаголы can, may, must, have to, needn't. Производные местоимения. Повелительное наклонение. Вопросительно-отрицательные	3							

	предложения)						
<b>10</b>	<b>Домашнее чтение</b>	<b>3</b>			<b>10</b>		
<b>11</b>	The Past Continuous Tense. The Past Perfect Tense. Косвенная речь. Согласование времен	<b>3</b>					
<b>12</b>	( Формы выражения будущего времени. The Present Continuous Tense / be going to. The Future Indefinite Tense. The Future Continuous Tense. The Future Perfect Tense. Придаточные предложения условия и времени.)	<b>3</b>					
<b>13</b>	<b>Контрольная работа</b>	<b>3</b>			<b>18</b>		
	<b>Всего за 3семестр - 72</b>			<b>4</b>	<b>68</b>		<b>Диф. Зачет</b>
	<b>Итого часов - 72</b>						<b>Всего 72 часа</b>

**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

**5.1.** Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

**5.2.** Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Содержание экзамена:

**1)** Изложение одной из тем, изученных в течение семестра:

1. Спортивная реабилитация
2. Параолимпийские игры
3. Адаптивное физическое воспитание
4. Спортивная травма

**2)** Ответы на вопросы преподавателя и беседа на одну из тем, изученных в течение учебного года.

**3).** Перевод текста со словарем, объем текста не менее 1200 печатных знаков.



**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

1) Основная литература:

1. Учеб.-метод. пособие для студентов АФК, ЛФК, ФР  
<http://lib.sportedu.ru/DocQuery.idc>
2. Борисенко Е.Г., Кравченко О.А.: Английский язык для физкультурных специальностей. Учебное пособие. Ростов-на-Дону, Феникс. В/О. 2015.- 377с.
3. Англо-русский словарь: 40000сл. Сост. В.Мюллер, С. Боянус. – М.: Локид-Пресс, Минск, Современ. слово, 2005 – 687с.
4. Новый англо-русский словарь ок. 200000 сл. и словосочетаний. В.К. Мюллер – 12е изд.,- стер.М.: русс.яз., Медиа,2005 – 807 с.
5. Гребениченко О.Н. Английский язык: Учебно-методическое пособие для студентов заоч. Отд. РГУФК. Одобрено Эксперт-метод. Советом РГУФК/ Гребениченко О.Н., Удалова М.Ю., РГУФК М.2004 – 70 с. :табл.
6. Голицынский Ю. Грамматика : сб. упражнений / Ю. Голицынский, Н. Голицынская. - Изд. 7-е, испр. и доп. - СПб.: Каро, 2010. - 575 с.: табл.
7. Драгункин А. Оптимизированный универсальный учебник английского языка / Александр Драгункин. - СПб.: АНДРА, 2009. - 592 с.
8. Самойлова, И.В. Иностранный язык в сфере профессиональных коммуникаций : учебное пособие / И.В. Самойлова .— Пенза : ПГАУ, 2022 .— 83 с. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=810127>
9. Хрячкова, Л. А. Иностранный язык профессионального общения (Немецкий язык)=DEUTSCH ALS FACHSPRACHE : учебное пособие : [16+] / Л. А. Хрячкова, М. В. Попова, С. В. Полозова ; науч. ред. Е. А. Чигирин ; Воронежский государственный университет инженерных технологий. – Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2018. – 117 с. : ил  
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=561368>

10. Иностраный язык профессионального общения (английский язык) : учебное пособие / И. Б. Кошеварова, Е. Н. Мирошниченко, Е. А. Молодых [и др.] ; Воронежский государственный университет инженерных технологий. – Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2018. – 141 с.

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=488007>

2) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. [www.wikipedia.en](http://www.wikipedia.en).

2. <https://mel.fm/blog/sergey-nim/83640-10-saytov-kotoryye-pomogut-vyuchit-anglysky>

3) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1) Операционная система – Microsoft Windows.

2) Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.

3) Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

4) Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

5) Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

*современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- 1) «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- 2) Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- 3) Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>
- 4) Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) **Иностранный язык (профессиональный)**  
**Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями состояния здоровья (адаптивная физическая культура)**  
**Направленность (профиль): Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация, Адаптивное физическое воспитание.**  
**Для очной и заочной форм обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Иностранных языков и лингвистики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр

Форма аттестации: *диф. зачет*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

3 семестр

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
Выступление на практических занятиях по темам:			
1	Спортивная реабилитация	2-3 неделя	10
2	Параолимпийские игры	3-4 неделя	10
3	Адаптивное физическое воспитание	5-6 неделя	10
4	Спортивная травма	7-8 неделя	10
5	Контрольная работа	7 неделя	10
6	Домашнее чтение	В течение текущего семестра	20
<b>Диф. зачет</b>			<b>30</b>
<b>ИТОГО за 1 год обучения</b>			<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
<b>1</b>	Спортивная реабилитация	<b>10</b>
	Параолимпийские игры	<b>10</b>
	Адаптивное физическое воспитание	<b>10</b>
	Спортивная травма	<b>10</b>
<b>2</b>	Контрольные лексико-грамматические задания (тест)	<b>10</b>
<b>4</b>	Домашнее чтение аутентичных текстов по темам семестра (2 текста)	<b>20</b>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Туризма, Рекреации Реабилитации, и Фитнеса**

**Кафедра иностранных языков и лингвистики**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)  
Б1.В.07 ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК  
(ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ)**

Направление подготовки/специальность:  
**«49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями состояния  
здоровья (адаптивная физическая культура)»**

Направленность (профиль): **Лечебная физическая культура, Физическая  
реабилитация, Адаптивное физическое воспитание.**

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 3 семестр.

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):**

Целью освоения дисциплины (модуля) является: - повышение исходного уровня владения иностранным языком и обучение практическому владению разговорно-бытовой речью для активного применения иностранного языка, как в повседневном, так и в профессиональном общении, а также в дальнейшем самообразовании.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
УК-4	УК-4.1. Знает общеупотребительную лексику и систему современного иностранного языка; нормы словоупотребления; основы грамматики; орфографические нормы и нормы пунктуации изучаемого иностранного языка. УК-4.2. Умеет логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь на иностранном языке. УК-4.3. Умеет использовать государственный язык Российской Федерации и иностранный язык, как эффективное средство общения. УК-4.4. Владеет одним из иностранных языков на уровне, обеспечивающем эффективную межличностную и межкультурную деятельность. УК-4.5. Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном языке в учебной и профессиональной деятельности	3	3

5. **Краткое содержание дисциплины (модуля):**

**Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль		
1	Глагол to be в Present/Past/Future. Указательные местоимения this/that/these/those. Личные и притяжательные местоимения. Вопросительные местоимения. Безличные предложения)	3						
2	<b>Тема 1</b> Спортивная реабилитация	3		5	5			
3	.(Местоимения some/any/no, many/much, little / few, a little / a few. Количественные и порядковые числительные. Порядковые числительные. Личные местоимения в объектном падеже)	3						
4	<b>Тема 2:</b> Параолимпийские игры	3		5	5			
5	(Настоящее неопределенное время The Present Indefinite Tense. Глагол to have в настоящем времени. Настоящее продолженное время The Present Continuous. Степени сравнения прилагательных)							
6	<b>Тема 3.</b> Адаптивное физическое воспитание	3		5	5			
7	(Правильные и неправильные глаголы. The Past Indefinite Tense. The Present Perfect Tense. Выражение have got.	3						
8	<b>Тема 4.</b> Спортивная травма	3		5	5			
9	(The Future Indefinite Tense. Модальные глаголы can, may, must, have to, needn't. Производные местоимения. Повелительное наклонение. Вопросительно-отрицательные предложения)	3						
10	<b>Домашнее чтение</b>	3		5	10			



<b>11</b>	The Past Continuous Tense. The Past Perfect Tense. Косвенная речь. Согласование времен	<b>3</b>					
<b>12</b>	( Формы выражения будущего времени. The Present Continuous Tense / be going to. The Future Indefinite Tense. The Future Continuous Tense. The Future Perfect Tense. Придаточные предложения условия и времени.)	<b>3</b>					
<b>13</b>	<b>Контрольная работа</b>	<b>3</b>		<b>5</b>	<b>12</b>		
	<b>Всего за 3семестр - 72</b>			<b>30</b>	<b>42</b>		<b>Диф. Зачет</b>
<b>Итого часов - 72</b>							<b>Всего72 часа</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль		
<b>1</b>	Глагол to be в Present/Past/Future. Указательные местоимения this/that/these/those. Личные и притяжательные местоимения. Вопросительные местоимения. Безличные предложения)	<b>3</b>						
<b>2</b>	<b>Тема 1</b> Спортивная реабилитация	<b>3</b>		<b>1</b>	<b>10</b>			
<b>3</b>	.(Местоимения some/any/no, many/much, little / few, a little / a few. Количественные и порядковые числительные. Порядковые числительные. Личные местоимения в объектном падеже)	<b>3</b>						
<b>4</b>	<b>Тема 2:</b> Параолимпийские игры	<b>3</b>		<b>1</b>	<b>10</b>			

5	(Настоящее неопределенное время The Present Indefinite Tense. Глагол to have в настоящем времени. Настоящее продолженное время The Present Continuous. Степени сравнения прилагательных)						
6	<b>Тема 3. Адаптивное физическое воспитание</b>	<b>3</b>		<b>1</b>	<b>10</b>		
7	(Правильные и неправильные глаголы. The Past Indefinite Tense. The Present Perfect Tense. Выражение have got.	<b>3</b>					
8	<b>Тема 4. Спортивная травма</b>	<b>3</b>		<b>1</b>	<b>10</b>		
9	(The Future Indefinite Tense. Модальные глаголы can, may, must, have to, needn't. Производные местоимения. Повелительное наклонение. Вопросительно-отрицательные предложения)	<b>3</b>					
10	<b>Домашнее чтение</b>	<b>3</b>			<b>10</b>		
11	The Past Continuous Tense. The Past Perfect Tense. Косвенная речь. Согласование времен	<b>3</b>					
12	( Формы выражения будущего времени. The Present Continuous Tense / be going to. The Future Indefinite Tense. The Future Continuous Tense. The Future Perfect Tense. Придаточные предложения условия и времени.)	<b>3</b>					
13	<b>Контрольная работа</b>	<b>3</b>			<b>18</b>		
	<b>Всего за 3семестр - 72</b>			<b>4</b>	<b>68</b>		<b>Диф. Зачет</b>
<b>Итого часов - 72</b>							<b>Всего 72 часа</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра спортивной медицины**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
«Б1. В.08 «ОБЩАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ГИГИЕНА»**

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профили): «Адаптивное физическое воспитание»,  
«Лечебная физическая культура»,  
«Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины «**Общая и специальная гигиена**»  
утверждена и рекомендована Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
спортивной медицины  
Протокол № 16 от «16» мая 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
спортивной медицины  
Протокол № от « » 201 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
спортивной медицины  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
спортивной медицины  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_ 20\_\_ г.

**Составитель:** Григорьева Ольга Валентиновна – доцент кафедры  
спортивной медицины, кандидат педагогических наук, доцент.

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1. Цель освоения дисциплины «Общая и специальная гигиена»**

Целью освоения дисциплины **«Общая и специальная гигиена»** является: сформировать базовые теоретические знания в понимании места и роли гигиены, а также практические умения реализации программ по гигиене адаптивной физической культуре и параолимпийского спорта в системе профессионального образования у обучающихся по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», профили: «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация».

Дисциплина читается на русском языке.

**2. Место дисциплины «Общая и специальная гигиена» в структуре ООП (ОПОП) – 2 курс, 3 семестр (очная); 4 курс, 7 семестр заочная форма обучения.**

Данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», профили: «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация».

Дисциплина **«Общая и специальная гигиена»** относится к дисциплинам обязательной части.

*Общая и специальная гигиена* - это медицинская наука, о сохранении и укреплении здоровья различных групп граждан, основа профилактической медицины. Она изучает влияние различных факторов внешней среды и социальных факторов на здоровье и работоспособность человека. На основании этого разрабатываются мероприятия, направленные на предупреждение заболеваний и обеспечение оптимальных условий существования человека, сохранения здоровья и активного долголетия. приобретение простых навыков по уходу за лицами с ограниченными возможностями (инвалидами) во время тренировочного цикла и в быту,

использование различных гигиенических факторов для увеличения эффективности физических упражнений и занятий спортом.

Данная дисциплина определяет профессиональную компетентность бакалавра через формирование у обучающихся понимания структуры профессионального образования, его составляющих и обеспечивающих систем, а также роли общей и специальной гигиены в системе профессионального образования. В процессе изучения дисциплины, обучающийся овладеет умениями проектирования и реализации образовательных программ в области общей и специальной гигиены в различных типах организаций, осуществляющих образовательную деятельность.

Дисциплина «**Общая и специальная гигиена**» в системе профессионального образования органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана: гигиена, валеология, анатомия, спортивная медицина, физиология, педагогика, психология, философия, биология, безопасность жизнедеятельности и др.

### **3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Общая и специальная гигиена», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине «Общая и специальная гигиена»	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5
УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных			

<b>конфликтов.</b>				
УК-8.1	<i>Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения.</i>	3 сем.	-	7 сем.
УК-8.2	<i>Умеет оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности и принимать меры по ее предупреждению.</i>	3 сем.	-	7 сем.
УК-8.3	<i>Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и в профессиональной деятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества.</i>	3 сем.	-	7 сем.
УК-8.4	<i>Владеет навыками по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.</i>	3 сем.	-	7 сем.

#### **4. Структура и содержание дисциплины «Общая и специальная гигиена»**

Общая трудоемкость дисциплины «Общая и специальная гигиена» составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часа.**

**Очная форма обучения – 3 семестр.**

№	Раздел дисциплины «Основы общей и специальной гигиены»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Гигиена физической культуры и спорта.	3	2	-	2	-	
2	Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни.	3	2	2	2	-	
3	Биологические факторы внешней среды и профилактика заболеваний.	3	2	2	4	-	
4	Личная гигиена, гигиена одежды и обуви и снаряжения.	3	-	-	4	-	
5	Закаливание.	3	2	-	4	-	
6	Вредные привычки –	3	2	-	4	-	

	разрушители здоровья.						
7	Гигиенические требования к условиям воздушной среды при занятиях физическими упражнениями и спортом.	3	-	2	2	-	
8	Гигиенические требования к условиям водной среды при занятиях физическими упражнениями и спортом.	3	-	2	2	-	
9	Рациональное питание.	3	-	2	2	-	
10	Гигиенические требования к размещению, планировке, отоплению, вентиляции, освещению спортивных сооружений.	3	-	2	4	-	
11	Вспомогательные гигиенические средства, повышающие спортивную работоспособность и ускоряющие восстановление.	3	-	2	2	-	
12	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в сложных условиях.	3	-	2	2	-	
13	Гигиеническое обеспечение подготовки в отдельных видах спорта.	3	-	2	2	-	
14	Гигиенические средства восстановления при занятиях физическими упражнениями и спортом.	3	-	2	2	-	
15	Особенности гигиенического обеспечения подготовки юных спортсменов.	3	-	2	2	-	
	<b>Итого: 72 ч.</b>		<b>10</b>	<b>22</b>	<b>40</b>	<b>-</b>	<b>Зачет</b>

### Заочная форма обучения – 7 семестр.

№	Раздел дисциплины «Основы общей и специальной гигиены»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Гигиена физической культуры и спорта.	7	-	-	2	-	



2	Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни.	7	2	-	3	-	
3	Биологические факторы внешней среды и профилактика заболеваний.	7	-	-	5	-	
4	Личная гигиена, гигиена одежды и обуви и снаряжения.	7	-	-	5	-	
5	Закаливание.	7	-	-	5	-	
6	Вредные привычки – разрушители здоровья.	7	-	-	5	-	
7	Гигиенические требования к условиям воздушной среды при занятиях физическими упражнениями и спортом.	7	-	2	5	-	
8	Гигиенические требования к условиям водной среды при занятиях физическими упражнениями и спортом.	7	-	2	5	-	
9	Рациональное питание.	7	-	2	5	-	
10	Гигиенические требования к размещению, планировке, отоплению, вентиляции, освещению спортивных сооружений.	7	-	-	5	-	
11	Вспомогательные гигиенические средства, повышающие спортивную работоспособность и ускоряющие восстановление.	7	-	-	3	-	
12	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в сложных условиях.	7	-	-	4	-	
13	Гигиеническое обеспечение подготовки в отдельных видах спорта.	7	-	-	4	-	
14	Гигиенические средства восстановления при занятиях физическими упражнениями и спортом.	7	-	-	4	-	
15	Особенности гигиенического обеспечения подготовки юных спортсменов.	7	-	-	4	-	
<b>Итого: 72 ч.</b>			<b>2</b>	<b>6</b>	<b>64</b>	<b>-</b>	<b>Зачет</b>

**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Общая и специальная гигиена».**

**5.1.** Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «**Общая и специальная гигиена**» (Приложения к рабочей программе дисциплины. «**Общая и специальная гигиена**»).

**5.2.** Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «**Общая и специальная гигиена**».

### **Перечень примерных контрольных вопросов к зачету**

1. Предмет и задачи гигиены.
2. Предмет и задачи гигиены рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.
3. Методы гигиенических исследований.
4. Структура здорового образа жизни и его элементы.
5. Основные пути формирования здорового образа жизни.
6. Характеристика биологических факторов внешней среды.
7. Инфекционные заболевания и пути их распространения.
8. Восприимчивость и иммунитет.
9. Профилактика инфекционных заболеваний и СПИДа.
10. Правила ухода за телом, кожей, зубами, волосами.
11. Профилактика эпидермофитии.
12. Гигиенические основы суточного режима.
13. Профилактика и борьба с курением.
14. Профилактика и борьба с употреблением алкогольных напитков.
15. Профилактика и борьба с наркоманией.
16. Гигиенические требования к обычной и спортивной одежде и обуви.
17. Гигиеническое значение закаливания.
18. Основные принципы закаливания.
19. Виды закаливания.
20. Закаливание воздухом.

21. Гигиеническая характеристика воздушных ванн и методика их применения.
22. Закаливание водой.
23. Гигиеническая характеристика, методика и дозировка применения различных водных процедур.
24. Закаливание солнцем.
25. Гигиеническая характеристика воздействий солнечных лучей.
26. Методика приема и дозировка солнечных ванн.
27. Гигиеническое значение температуры воздуха.
28. Правила и методы измерения температуры воздуха. Гигиенические нормы.
29. Гигиеническое значение влажности воздуха. Виды влажности.
30. Приборы и методы определения относительной влажности. Гигиенические нормы.
31. Гигиеническое значение направления и скорости движения воздуха. Гигиенические нормы.
32. Гигиеническая характеристика атмосферного давления и его влияние на организм человека. Методы и единицы измерения.
33. Гигиеническая характеристика комплексного влияния физических свойств воздуха.
34. Методика исследования охлаждающей способности воздуха. Гигиенические нормы.
35. Гигиеническая характеристика химического состава воздуха.
36. Определение концентрации CO<sub>2</sub> в воздухе. Гигиенические нормы.
37. Гигиеническое значение радиоактивности воздушной среды. Гигиенические нормы естественного радиационного фона.
38. Гигиенические требования к питьевой воде.
39. Гигиеническая характеристика систем водоснабжения.
40. Методы очистки питьевой воды.
41. Коагуляция – современный метод очистки воды.

42. Показатели бактериальной загрязненности воды.
43. Коли-индекс, коли-титр и их определение.
44. Методы обеззараживания воды (физические и химические).
45. Гигиенические требования к пище и питанию.
46. Роль питания в поддержании состояния здоровья, нормального развития организма, общей и спортивной работоспособности.
47. Составные элементы суточных энерготрат (регулируемые и нерегулируемые энерготраты).
48. Методы определения суточного расхода энергии.
49. Калорийность пищи.
50. Нормы калорийности пищевых рационов с учетом половых, возрастных, профессиональных особенностей и занятий физическими упражнениями и туризмом.
51. Гигиеническое значение белков.
52. Потребность организма в белках.
53. Содержание белков в различных продуктах
54. Гигиеническое значение и нормы жиров в питании человека.
55. Гигиеническое значение и нормы углеводов в питании человека.
56. Гигиеническое значение витаминов.
57. Гиповитаминоз, авитаминоз, гипервитаминоз.
58. Роль и значение жирорастворимых витаминов.
59. Роль и значение водорастворимых витаминов.
60. Гигиеническая характеристика наиболее важных витаминов (С, В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, В<sub>6</sub>, В<sub>12</sub>).
61. Гигиеническое значение и роль минеральных веществ в питании.
62. Гигиеническая характеристика макро- и микроэлементов.
63. Гигиеническая характеристика мясомолочных продуктов, их значение в питании.
64. Гигиеническая характеристика крупяных продуктов, овощей и фруктов, их значение в питании.

65. Режим питания занимающихся и не занимающихся физической культурой и спортом.
66. Продукты повышенной биологической ценности и специальные питательные смеси.
67. Гигиеническая характеристика средств восстановления и повышения спортивной работоспособности.
68. Гигиеническая характеристика и методика применения восстановительных гидропроцедур.
69. Гигиеническое, лечебно-профилактическое и оздоровительное значение паровых и суховоздушных (сауна) бань.
70. Влияние факторов жаркого климата на организм.
71. Влияние факторов холодного климата на организм.
72. Гигиеническое обеспечение различных форм рекреации в условиях холодного климата.
73. Влияние факторов горного климата на организм.
74. Гигиеническое обеспечение различных форм рекреации в условиях горного климата.
75. Гигиеническое обеспечение при трансмеридиальных перелетах.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Общая и специальная гигиена».**

*а) Основная литература:*

1. Полиевский С.А Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 271 с.
2. Механтьев И.И. Общая гигиена / В.Д. Болдырев, И.И. Механтьев .— Воронеж : Издательский дом ВГУ, 2015 .— 156 с. — 156 с.  
<https://rucont.ru/efd/358539>
3. Полиевский С.А. Комплексный междисциплинарный практикум по гигиене, экологии и БЖД / [Полиевский С.А., Иванов А.А., Григорьева О.В.];

М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. гигиены, БЖД, экологии и спортсооружений. - М., 2015. - 227 с.: ил., табл.

*б) Дополнительная литература:*

1. Полиевский С.А., Ямалетдинова Г.А. Безопасность адекватного питания спортсменов и туристов: учебное пособие. – Екатеринбург: Гуманитарный ун-т, 2013. – 172 с.

2. Полиевский С. А., Спортивная диетология: учебник для студ. учреждений высш.проф.образования. – М.:Издательский центр «Академия», 2015. – 208 с.

3. Полиевский С.А., Иванов А.А., Григорьева О.В. Комплекс практических занятий по гигиене, БЖД и экологии физической культуры, спорта и туризма / - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2012-2015 © Электронно-библиотечная система [znanium.com](http://znanium.com) 2015. - 227 с.: 60x90 1/16 ISBN 978-5-16-103421-7 (online).

4. Гигиена и санитария : Научно-практический журнал. — М. : Издательство "Медицина" .— 2016 .— №9 .— 114 с. : ил.

5. Коршевер, Е. Н. Гигиена : [12+] / Е. Н. Коршевер, В. Н. Шилов ; Научная книга. – 2-е изд. – Саратов : Научная книга, 2020. – 234 с. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=578336>

Карелин, А. О. Гигиена : учебник для вузов / А. О. Карелин, Г. А. Александрова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 472 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/518754>

Общая и специальная гигиена : учеб. справ. Специальности: 050720.65 - Физ. культура, 032102.65 - Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптив. физ. культура) / Е. А. Багнетова .— Сургут : РИО СурГПУ, 2010 .— 174 с. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=623833>

**в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

1. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)
2. <http://www.edu.ru> – «Российское образование» - федеральный портал.
3. <http://минобрнауки.рф/> - сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.

**г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Общая и специальная гигиена», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:**

*программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- Операционная система – MicrosoftWindows.
- Офисный пакет приложений – MicrosoftOfficeStandard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - AdobeAcrobatDC.

*современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. ЭБС ЮРАЙТ <https://urait.ru/library/uchebniki-dlya-vuzov/po-ugs/49-00-00-fizicheskaya-kultura-i-sport/49-03-02-fizicheskaya-kultura-dlya-lic-s-otkloneniymi-v-sostoyanii-zdorovya-adaptivnaya-fizicheskaya-kultura>
4. Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>
5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>
6. Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Общая и специальная гигиена»**

1. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных<sup>1</sup> и (или) групповых<sup>2</sup> консультаций комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

2. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

---

<sup>1</sup> Указываются при наличии курсовых работ по дисциплине (модулю)

<sup>2</sup> Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)



## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «ОБЩАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ГИГИЕНА» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 2 курса направления подготовки 49.03.2 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», профили: «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация» очной формы обучения и 4 курса заочной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Спортивная медицина

Сроки изучения дисциплины «Общая и специальная гигиена»: 3 семестр очной формы обучения и 7 семестр заочной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: зачет.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре «Особенности гигиенического обеспечения подготовки юных спортсменов»	5
2	Выступление на семинаре «Вредные привычки – разрушители здоровья»	5
3	Выступление на семинаре «Закаливание»	5
4	Выступление на семинаре «Рациональное питание»	5
5	Выступление на семинаре «Личная гигиена, гигиена одежды и обуви и снаряжения»	5
6	Выступление на семинаре «Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в сложных условиях»	5
7	Тест по теме: «Гигиена физической культуры и спорта»	10
8	Написание реферата по теме: «Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в отдельных видах спорта»	15
9	Презентация по теме: «Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни»	15
10	Посещение занятий	10
	<b>Зачет</b>	<b>20</b>
	<b>ИТОГО:</b>	<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу «Здоровый образ жизни»</i>	5
3	<i>Выступление на семинаре «Закаливание»</i>	10
4	<i>Подготовка доклада «Предмет и задачи гигиены», пропущенному студентом</i>	5
5	<i>Дополнительное тестирование по теме: «Гигиена физической культуры и спорта»</i>	5
6	<i>Написание реферата по теме: «Профилактика инфекционных заболеваний»</i>	15
7	<i>Презентация по теме: «Личная гигиена, гигиена одежды, обуви и снаряжения»</i>	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам «Общая и специальная гигиена», завершающихся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам «Общая и специальная гигиена» при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра спортивной медицины**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ  
«Б1.В.08 «ОБЩАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ГИГИЕНА»**

Направление подготовки:  
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Профили: «Адаптивное физическое воспитание»,  
«Лечебная физическая культура»,  
«Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины 72 часа составляет 2 зачетные единицы.

2. Семестр освоения дисциплины «Основы общей и специальной гигиены»: 3 семестр очная форма обучения и 7 семестр заочная форма обучения.

3. Цель освоения дисциплины: «Основы общей и специальной гигиены» -сформировать базовые теоретические знания в понимании места и роли гигиены, а также практические умения реализации программ по гигиене адаптивной физической культуре и параолимпийского спорта в системе профессионального образования у обучающихся по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», профили: «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация».

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине: «Общая и специальная гигиена»:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине «Общая и специальная гигиена»	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5
УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.			
УК-8.1	Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения.	3 сем.	-	7 сем.
УК-8.2	Умеет оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности в повседневной жизни и	3 сем.	-	7 сем.

	<i>в профессиональной деятельности и принимать меры по ее предупреждению.</i>			
УК-8.3	<i>Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и в профессиональной деятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества.</i>	3 сем.	-	7 сем.
УК-8.4	<i>Владеет навыками по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.</i>	3 сем.	-	7 сем.

**5. Краткое содержание дисциплины «Общая и специальная гигиена»:**

**Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины «Основы общей и специальной гигиены»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Гигиена физической культуры и спорта.	3	2	-	2	-	
2	Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни.	3	2	2	2	-	
3	Биологические факторы внешней среды и профилактика заболеваний.	3	2	2	4	-	
4	Личная гигиена, гигиена одежды и обуви и снаряжения.	3	-	-	4	-	
5	Закаливание.	3	2	-	4	-	
6	Вредные привычки – разрушители здоровья.	3	2	-	4	-	
7	Гигиенические требования к условиям воздушной среды при занятиях физическими упражнениями и спортом.	3	-	2	2	-	
8	Гигиенические требования к условиям водной среды при занятиях физическими упражнениями и спортом.	3	-	2	2	-	

9	Рациональное питание.	3	-	2	2	-	
10	Гигиенические требования к размещению, планировке, отоплению, вентиляции, освещению спортивных сооружений.	3	-	2	4	-	
11	Вспомогательные гигиенические средства, повышающие спортивную работоспособность и ускоряющие восстановление.	3	-	2	2	-	
12	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в сложных условиях.	3	-	2	2	-	
13	Гигиеническое обеспечение подготовки в отдельных видах спорта.	3	-	2	2	-	
14	Гигиенические средства восстановления при занятиях физическими упражнениями и спортом.	3	-	2	2	-	
15	Особенности гигиенического обеспечения подготовки юных спортсменов.	3	-	2	2	-	
<b>Итого: 72 ч.</b>			<b>10</b>	<b>22</b>	<b>40</b>	<b>-</b>	<b>Зачет</b>

### **Заочная форма обучения**

№	Раздел дисциплины «Основы общей и специальной гигиены»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Гигиена физической культуры и спорта.	7	-	-	2	-	
2	Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни.	7	2	-	3	-	
3	Биологические факторы внешней среды и профилактика заболеваний.	7	-	-	5	-	
4	Личная гигиена, гигиена одежды и обуви и снаряжения.	7	-	-	5	-	
5	Закаливание.	7	-	-	5	-	
6	Вредные привычки –	7	-	-	5	-	

	разрушители здоровья.						
7	Гигиенические требования к условиям воздушной среды при занятиях физическими упражнениями и спортом.	7	-	2	5	-	
8	Гигиенические требования к условиям водной среды при занятиях физическими упражнениями и спортом.	7	-	2	5	-	
9	Рациональное питание.	7	-	2	5	-	
10	Гигиенические требования к размещению, планировке, отоплению, вентиляции, освещению спортивных сооружений.	7	-	-	5	-	
11	Вспомогательные гигиенические средства, повышающие спортивную работоспособность и ускоряющие восстановление.	7	-	-	3	-	
12	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в сложных условиях.	7	-	-	4	-	
13	Гигиеническое обеспечение подготовки в отдельных видах спорта.	7	-	-	4	-	
14	Гигиенические средства восстановления при занятиях физическими упражнениями и спортом.	7	-	-	4	-	
15	Особенности гигиенического обеспечения подготовки юных спортсменов.	7	-	-	4	-	
	<b>Итого: 72 ч.</b>		<b>2</b>	<b>6</b>	<b>64</b>	<b>-</b>	<b>Зачет</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.09. Возрастная психология лиц с отклонениями в состоянии  
здоровья»**

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*  
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018г.



Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивной физической культуры  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Составители:

Кичигина Ольга Юрьевна – ст. преподаватель кафедры теории и методики  
адаптивной физической культуры ФГБОУ ВО (РГУФКСМиТ).

Рецензент:

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целями освоения дисциплины (модуля) «*Возрастная психология лиц с отклонениями в состоянии здоровья*» является: формирование системы знаний об особенностях психического развития человека и факторах его обуславливающих как основу психологической компетентности будущих специалистов в области адаптивной физической культуры (АФК). Дисциплина (модуль) «**Возрастная психология лиц с отклонениями в состоянии здоровья**» реализуется на русском языке.

## 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
<b>1</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
ПК-4	Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний	4		3
ПК-4.1	Знает: - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.	4		3
ПК-4.2	Умеет: - изучать с позиции достижений психолого-	4		3

	педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.			
ПК-4.3	Имеет опыт: - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов; - разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.	4		3

### 3. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			лекционный	семинар	Самостоятельная работа	Контроль	

<b>1</b>	Тема 1. Предмет психологии развития.	4	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		
<b>2</b>	Тема 2. Факторы и закономерности психического развития в норме и при патологии.	4	2	4	6		
<b>3</b>	Тема 3. Основные направления в отечественной теории личности.	4	2	4	6		
<b>4</b>	Тема 4. Главные направления в зарубежной теории личности.	4	2	4	6		
<b>5</b>	Тема 5. Структура личности. Искажение структуры личности у лиц различных половозрастных и нозологических групп	4	2	4	6		
<b>6</b>	Тема 6. Развитие личности. Особенности развития личности в норме и при патологии.	4	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		
<b>7</b>	Тема 7. Понятие деятельность. Временные особенности и качественные искажения процесса деятельности у лиц различных половозрастных и нозологических групп.	4		4	6		
<b>8</b>	Тема 8. Особенности протекания возрастных кризисов у лиц различных половозрастных и нозологических групп.	4	2	4	6		
<b>9</b>	Тема 9. Влияние занятий адаптивной физической культурой и адаптивным спортом на личностные особенности лиц с ОВЗ.	4	2	4	6		

<b>10</b>	Тема 10. Особенности профессионального выгорания у спортсменов с ОВЗ.	4		4	4		
<b>Итого 108</b>			<b>16</b>	<b>38</b>	<b>54</b>		<b>Диф зачёт</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	Тема 1. Предмет психологии развития.	3			<b>10</b>		
<b>2</b>	Тема 2. Факторы и закономерности психического развития в норме и при патологии.	3	2		10		
<b>3</b>	Тема 3. Основные направления в отечественной теории личности.	3			10		
<b>4</b>	Тема 4. Главные направления в зарубежной теории личности.	3			10		
<b>5</b>	Тема 5. Структура личности. Искажение структуры личности у лиц различных половозрастных и нозологических групп	3			10		
<b>6</b>	Тема 6. Развитие личности. Особенности развития личности в норме и при патологии.	3		<b>2</b>	<b>8</b>		

<b>7</b>	Тема 7. Понятие деятельность. Временные особенности и качественные искажения процесса деятельности у лиц различных половозрастных и нозологических групп.	3			10		
<b>8</b>	Тема 8. Особенности протекания возрастных кризисов у лиц различных половозрастных и нозологических групп.	3		2	8		
<b>9</b>	Тема 9. Влияние занятий адаптивной физической культурой и адаптивным спортом на личностные особенности лиц с ОВЗ.	3		2	8		
<b>10</b>	Тема 10. Особенности профессионального выгорания у спортсменов с ОВЗ.	3		2	8		
<b>Итого 108</b>			<b>2</b>	<b>8</b>	<b>98</b>		<b>Диф зачёт</b>

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «*Психология развития*» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Темы рефератов, мультимедийных презентаций и контрольных работ**

Студенты выполняют 2 творческие контрольные работы, направленные на формирование умений проводить психодиагностическое исследование и ин-

терпретировать полученные данные:

1. Выберите один из двух вариантов контрольной работы: а) «Особенности эмоционально-волевой (любой) сферы у... (например, студентов 4 курса АФК в зависимости от пола)»; б) «Особенности внимания (памяти или мышления и т.п.) у... (например, спортсменов в зависимости от спортивной специализации)».
2. Подберите методики для определения показателей исследуемых психических процессов: вариант А – одна методика для одновременного исследования нескольких психических процессов (например внимания, памяти и мышления); вариант Б - три-четыре методики для исследования одного выбранного психического процесса.
3. Проведите исследование в группе, по месту работы или тренировок (где есть возможность). Минимальное количество испытуемых - 10-12 чел.
4. Сформулируйте цель и задачи исследования.
5. Опишите организацию исследования и используемые методики.
6. Представьте результаты в таблице, подсчитав средние значения по группам по каждому показателю.
7. Определите зависимость уровня развития исследуемого(ых) психического процесса от (спортивной специализации и т.п.):
  - а) сравнить результат каждого участника со средним значением и отнести его к высокому, среднему или низкому;
  - б) подсчитать в % соотношение количество испытуемых с высоким, средним и низким уровнем развития исследуемого психического процесса.
8. Прокомментируйте полученные результаты (по таблицам).
9. Подсчитайте достоверность различий средних арифметических одного показателя по критерию Т-Стьюдента для независимых выборок.
10. Сформулируйте выводы.
11. Составьте рекомендации.
12. Оформите работу по ГОСТУ.

**Примерный перечень вопросов к зачёту по курсу дисциплины «Психология развития».**

1. Предмет психологии развития.
2. Макрохарактеристики человека.
3. Основные области и линии развития.
4. Возраст в широком смысле.
5. Метафизическая и диалектическая концепции развития.
6. Классификации психических явлений.
7. Закономерности психического развития.
8. Факторы психического развития.
9. Возраст в узком смысле. Возрастная периодизация.
10. Возрастные нормы психического развития.
11. Основные отличия в отечественном и зарубежном подходе к личности.
12. Рефлексологическая теория личности В.М. Бехтерева.
13. Динамическая функциональная теория К.К. Платонова.
14. Деятельностный подход к личности (А.Н. Леонтьев, Б.Д. Эль-конин).
15. Кризисная концепция развития личности Л.С. Выготского.
16. Особенности невротического развития личности.
17. Индивидуально-психологические особенности как фактор развития невроза.
18. Особенности семейной и школьной среды как фактор развития невроза.
19. Структура личности.
20. Когнитивная теория Д. Келли.
21. Психоаналитическая теория З. Фрейда.
22. Индивидуальная психология А. Адлера.
23. Гуманистический подход к личности, его значение для деятельности специалиста АФК.
24. Иерархия потребностей (по А. Маслоу).



25. Понятие об экстраверсии и интроверсии. Особенности экстравертов и интровертов.
  29. Понятие о «Я-концепции». Характеристика «Я-реального», «Я-зеркального» и «Я-идеального».
  30. Понятие о самооценке, ее функции.
  31. Психологическая защита: принцип действия, эффекты.
  32. Активные и пассивные механизмы психологической защиты.
  33. Особенности использования проективных методик для исследования детей с особыми образовательными потребностями.
  34. Основы психологического анализа рисунка «Моя семья».
  35. Основы психологического анализа рисунка «Несуществующее животное».
36. Понятие о социализации. Виды влияния группы на личность.
37. Основные направления психокоррекции.
38. Психологический тренинг: понятие и история.
39. Требования к выбору и проведению психотехнических игр и упражнений.
40. Психологические особенности деятельности специалиста АФК.
41. Профессионально важные качества специалиста АФК.
42. Психологическая структура деятельности специалиста АФК.
43. Анализ понятий «стресс», «психологический стресс», «профессиональный стресс».
44. Основные источники дистресса специалиста АФК.
45. Профессиональная дезадаптация и профессиональная деформация.
46. Синдром «психического выгорания».
47. Рекомендации по профилактике возникновения и развития негативных эффектов профессиональной деятельности специалиста АФК.
48. Поддержание профессиональной мотивации.
49. Здоровая жизненная и профессиональная философия специалиста АФК.
50. Общее и особенное в спортивной карьере здоровых спортсменов и

спортсменов-инвалидов.

51. Влияние идентификации с ролью спортсмена на личностное развитие инвалида.

52. Особенности посттравматической адаптации спортсменов-инвалидов.

53. Направленность как ведущий компонент структуры личности.

54. Характеристики человека как индивида и характеристики человека как личности.

### **Контрольные вопросы для самопроверки знаний.**

1. Классификация методов психологического исследования.

2. Этические нормы проведения психологических исследований.

3. Понятие о психическом развитии.

4. Диагностика психических состояний.

5. Диагностика эмоциональных состояний.

6. Психосоциальная концепция Э. Эриксона .

7. Семья и ее роль в формировании аномального ребенка.

8. Развитие высших психических функций (по Л.С. Выготскому).

9. Структурный и системно-структурный подход в концепциях психологии личности.

10. Индивидуальные особенности человека.

11. Патология формирования личности у лиц с ограниченными возможностями.

12. Теории мотивации.

13. Этапы профессиональной карьеры.

14. Карьерные ориентации.

15. Профессиональная адаптация специалиста АФК.

16. Личностные особенности как фактор развития профессионального стресса.

17. Целеполагание в профессиональной и жизненной карьере.

18. Анализ трудностей, возникших в работе с людьми с ограниченными воз-

возможностями, и пути их преодоления (на основе прохождения практики).

19. Профессиональное и личностное самосовершенствование специалиста АФК.
20. Влияние занятий спортом на развитие человека как индивида, субъекта, личности и индивидуальности.
21. Учение Б.Г. Ананьева о человеке.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а). Рекомендуемая литература (основная).**

1. Психология личности: Учебное пособие/ Под ред. проф. П.Н. Ермакова, проф. В.А. Лабунской – М.: Эксмо, 2007.
2. Тертель А.Л. Психология. Курс лекций: учеб. пособие. – М.: ТК Велби Из-во Проспект, 2007.

### **б). Рекомендуемая литература (дополнительная).**

1. Стамбулова Н.Б. Психология спортивной карьеры. - СПб.: Центр
2. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учеб. / Под ред. СП. Евсеева. - М., 2002.
3. Хьелл Л. Теории личности / Хьелл Л., Зиглер Д. - СПб.: Питер-Пресс, 1997.
4. Баттерворт Дж. Принципы психологии развития / Баттерворт Дж., Харрис М. / Пер. с англ. - М.: Когнито-Центр, 2000.
5. Венгер Л. А. Психология / Венгер Л.А., Мухина В.С.-М., 1989.
6. Возрастная и психологическая психология: Словарь / Сост. М.В. Гамезо, Л.М. Орлова. - М., 1999.
7. Выготский Л.С. История развития высших психических функций // Собр. соч. - Т.3. - М.: Педагогика, 1983.
8. Грановская Р.М. Защита личности: психологические механизмы / Грановская Р.М., Никольская И.М. - СПб.: Знание, 1999.
9. Елканов С.Б. Основы профессионального самовоспитания будущего учителя. - М., 1989.
10. Захаров А.И. Неврозы у детей и психотерапия. - СПб, 1998.
11. Крайг Г. Психология развития. - СПб.: Питер, 2001.

12. Крижанская Ю.С. Грамматика общения / Крижанская Ю.С., Третьяков В.Л. - 2-е изд. - М.: Смысл; Академический проект, 1999.
13. Куницина В.Н., Казаринова Н.В., Погольша В.М. Межличностное общение. Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2002.
14. Леонтьев А.Н. К теории развития психики ребенка // Проблемы развития психики. - 4-е изд.-М.: МГУ, 1981,
15. Мелибруда В. Я. Ты - Мы: Психологические возможности улучшения общения. - М., 1986.
16. Общение и формирование личности школьника: Опыт экспериментального психологического исследования / Под ред. А.А. Бодалева, Р.Л. Кричевского. – М., 1987.
17. Орлов Ю.М. Самопознание и самовоспитание характера: Беседы психолога со старшеклассниками: Кн. для учащихся. - М., 1987.
18. Практикум по психологии профессиональной деятельности и менеджмента / Под ред. Г.С. Никифорова, М.А. Дмитриевой, В.М. Снеткова. - СПб., 2001.
19. Психогимнастика в тренинге / Под ред Н.Ю. Хряцовой. - СПб., 1999.
20. Психология личности в трудах отечественных психологов: Хрестоматия / Сост. и общ.ред. Л.В.Куликова.-СПб.: Питер, 2001.
21. Психология: Учебник / Под ред. А.А. Крылова. - М., 1998,
22. Романова Е.С. Графические методы в психологической диагностике Романова Е.С., Потемкина О.Ф. - М.: Дидакт, 1992.
23. Цзен Н.В. Психотренинг: игры и упражнения / Цзен Н.В., Пахомов Ю.В.-М., 2003.
24. Хилько, М. Е. Возрастная психология : учебное пособие для вузов / М. Е. Хилько, М. С. Ткачева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 201 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/510444>
25. Поливара, З. В. Введение в специальную психологию : учеб. пособие / З. В. Поливара. — 4-е изд., стер. — Москва : ФЛИНТА, 2022. — 271 с. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=244805>
26. Психология детей с отклонениями в интеллектуальном развитии : учебные

материалы / Т.М. Ташина.— Шуя : ФГБОУ ВПО "ШГПУ", 2010.— 57 с.— URL: <https://lib.rucont.ru/efd/177104>

### **Рекомендуемая литература к контрольной работе.**

1. Иванов В.С. Основы математической статистики: Учеб. - М., 1990.
2. Методики психодиагностики в спорте: Учеб. пособие / В.Л. Марищук, Ю.М. Блудов и др. - М., 1984 (1990).
3. Практикум по общей экспериментальной и прикладной психологии / Под общ. ред. А.А. Крылова и С.А. Маничева. - 2-е изд. - СПб., 2000.
4. Практикум по экспериментальной и прикладной психологии / Под ред. А.А. Крылова. - Л., 1990.
5. Практикум по спортивной психологии / Под ред. И.П. Волкова. - СПб., 2002.
6. Практические занятия по психологии: Учеб. пособие / Под общ. ред. Д.Я. Богдановой, И.П. Волкова. - М., 1989.
7. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учеб. пособие. - М., 1996.
8. Федорова Т.В. Игры, упражнения и психологические тренинги для студентов, обучающихся по специальности «Адаптивная физическая культура»: Учеб. пособие / Под ред. С.П. Евсеева. - СПб., 1999.
9. Шапкова Л.В., Федорова Т.В. Технология подготовки и тематика квалификационных работ. - СПб., 1997.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

- ЭБС ЮРАЙТ <https://urait.ru/library/uchebniki-dlya-vuzov/po-ugs/49-00-00-fizicheskaya-kultura-i-sport/49-03-02-fizicheskaya-kultura-dlya-lic-s-otklonenyami-v-sostoyanii-zdorovya-adaptivnaya-fizicheskaya-kultura>
- ЭБС РУКОНТ <https://lib.rucont.ru/>
- Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>
- Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabcdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>
- Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
- Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
- Адаптивная физическая культура <https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Для успешного формирования знаний по курсу «*Психология развития*» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая персональный компьютер, проектор, экран, ученическую доску, комплекты аудиторной мебели.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Психология развития» для обучающихся института ИТРРиФ, 2 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание, заочная формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры  
 Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр (очная форма), 3 семестр (заочная форма)  
 Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1	Практическая работа по теме: «Подбор и защита одной методики для одновременного исследования нескольких психических процессов (например: внимания, памяти и мышления)»	32 неделя	22*
2	Практическая работа по теме: «Анализ трёх-четырёх методик для исследования одного выбранного психического процесса»	42 неделя	22*
3	Посещение занятий	В течение семестра	2 балла x 1 занятие = 36 баллов
	<i>Зачёт по дисциплине</i>		20*
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

\* *примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

**Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине**

№'	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Контрольная работа по теме: Факторы и закономерности психического развития.	15
2	Контрольная работа по теме: Основные направления в отечественной теории личности.	15
3	Контрольная работа по теме: Главные направления в зарубежной теории личности.	15
4	Контрольная работа по теме: Структура личности.	10
5	Контрольная работа по теме: Развитие личности.	10
6	Контрольная работа по теме: Функциональные состояния.	15

### Для студентов заочной формы обучения

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1	Практическая работа по теме: «Подбор и защита одной методики для одновременного исследования нескольких психических процессов (например: внимания, памяти и мышления)»	32 неделя	40*
2	Практическая работа по теме: «Анализ трёх-четырёх методик для исследования одного выбранного психического процесса»	42 неделя	40*
	<b>Зачёт по дисциплине</b>		<b>20*</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.



## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**АННОТАЦИЯ**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1. В. 09. Возрастная психология лиц с отклонениями в состоянии  
здоровья»**

Направление подготовки:  
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*  
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 4 семестр очная форма обучения, 3 семестр заочная форма обучения

### 3. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целями освоения дисциплины (модуля) «*Возрастная психология лиц с отклонениями в состоянии здоровья*» является: формирование системы знаний об особенностях психического развития человека и факторах его обуславливающих как основу психологической компетентности будущих специалистов в области адаптивной физической культуры (АФК). Дисциплина (модуль) «**Возрастная психология лиц с отклонениями в состоянии здоровья**» реализуется на русском языке.

### 4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-4	Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний	4		3

ПК-4.1	Знает: - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.	4		3
ПК-4.2	Умеет: - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.	4		3
ПК-4.3	Имеет опыт: - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов; - разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.	4		3

## 5. Структура и содержание дисциплины (модуля)

### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			лекционный	семинар	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	Тема 1. Предмет психологии развития.	4	2	2	2		
<b>2</b>	Тема 2. Факторы и закономерности психического развития в норме и при патологии.	4	2	4	6		
<b>3</b>	Тема 3. Основные направления в отечественной теории личности.	4	2	4	6		
<b>4</b>	Тема 4. Главные направления в зарубежной теории личности.	4	2	4	6		
<b>5</b>	Тема 5. Структура личности. Искажение структуры личности у лиц различных половозрастных и нозологических групп	4	2	4	6		
<b>6</b>	Тема 6. Развитие личности. Особенности развития личности в норме и при патологии.	4	2	4	6		
<b>7</b>	Тема 7. Понятие деятельности. Временные особенности и качественные искажения процесса деятельности у лиц различных половозрастных и нозологических групп.	4		4	6		

<b>8</b>	Тема 8. Особенности протекания возрастных кризисов у лиц различных половозрастных и нозологических групп.	4	2	4	6		
<b>9</b>	Тема 9. Влияние занятий адаптивной физической культурой и адаптивным спортом на личностные особенности лиц с ОВЗ.	4	2	4	6		
<b>10</b>	Тема 10. Особенности профессионального выгорания у спортсменов с ОВЗ.	4		4	4		
<b>Итого 108</b>			<b>16</b>	<b>38</b>	<b>54</b>		<b>Диф зачёт</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	Тема 1. Предмет психологии развития.	3			<b>10</b>		
<b>2</b>	Тема 2. Факторы и закономерности психического развития в норме и при патологии.	3	2		10		
<b>3</b>	Тема 3. Основные направления в отечественной теории личности.	3			10		

<b>4</b>	Тема 4. Главные направления в зарубежной теории личности.	3			10		
<b>5</b>	Тема 5. Структура личности. Искажение структуры личности у лиц различных половозрастных и нозологических групп	3			10		
<b>6</b>	Тема 6. Развитие личности. Особенности развития личности в норме и при патологии.	3		<b>2</b>	<b>8</b>		
<b>7</b>	Тема 7. Понятие деятельность. Временные особенности и качественные искажения процесса деятельности у лиц различных половозрастных и нозологических групп.	3			10		
<b>8</b>	Тема 8. Особенности протекания возрастных кризисов у лиц различных половозрастных и нозологических групп.	3		2	8		
<b>9</b>	Тема 9. Влияние занятий адаптивной физической культурой и адаптивным спортом на личностные особенности лиц с ОВЗ.	3		2	8		
<b>10</b>	Тема 10. Особенности профессионального выгорания у спортсменов с ОВЗ.	3		2	8		
<b>Итого 108</b>				<b>2</b>	<b>8</b>	<b>98</b>	<b>Диф зачёт</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной  
физической культуры им. И.М.Саркизова-Серазини**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **«Б1.В.10. «КЛАССИЧЕСКИЙ МАССАЖ»**

Направление подготовки:  
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Профиль:  
«Адаптивное физическое воспитание»

Уровень образования: *бакалавриат*  
Форма обучения: *очная и заочная*  
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018



Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры  
им.Саркизова-Серазини  
Протокол № 4 от «10» октября 2019 г.

Составитель:

Бахарева Антонина Андреевна, кандидат педагогических наук, доцент, доцент  
кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической  
культуры им.Саркизова-Серазини, «РГУФКСМиТ»

Рецензент,

Золичева Светлана Юрьевна, кандидат медицинских наук, профессор кафедры  
спортивной медицины, «РГУФКСМиТ»

**1. Цель освоения дисциплины Б1.В.10. является:** подготовка специалистов, способных к целостному и систематическому анализу сложных проблем современной жизни общества на основе системного подхода к деятельности в профессиональной сфере. Необходимо создать у студентов понятие об общих принципах и методических правилах использования массажа в системе физической культуры и спорта, а также с лечебно-профилактическими целями и на этой основе научить их навыкам и умениям применения массажа в профессионально-педагогической практике специалистов по адаптивной физической культуре.

## **2. Место дисциплины в структуре ООП**

Дисциплина «Классический массаж» относится к профильному циклу вариативной части.

Учебный процесс состоит из теоретического и практического разделов. В теоретическом разделе особое внимание уделяется анатомо-физиологическим особенностям массажа, механизмам действия массажа, гигиеническим основам массажа и классификации массажа.

Основная часть курса составляет: обучение технике и методике проведения приемов классического массажа, массажа различных участков тела; особенностям проведения частных методик гигиенического массажа; частным методикам лечебного массажа; частным методикам спортивного массажа; освоение техники и методики аппаратного массажа: вибро-, пневмо- и гидромассажа. Применение массажа в адаптивном физическом воспитании. Сочетание классического массажа с физическими средствами восстановления (ЛФК, физио- и гидротерапией, механотерапией, криомассажем т.д.). Применение кремов, мазей, растирок и масел.

При обучении студентов техники приемов классического массажа проводится ознакомление с точечным, сегментарно-рефлекторным и другими системами и видами массажа. Студенты должны знать не только теоретическую основу дисциплины, но и иметь практические навыки использования сочетания

массажа с различными душами, теплыми и холодными ваннами, баней и другими физическими средствами. Использование банных процедур в качестве гигиенического средства, профилактики заболеваний и сохранения здоровья.

Технику и методику приемов классического массажа, массаж отдельных частей тела и методики сеансов частного массажа студенты осваивают в парах, поочередно занимая место массируемого и массирующего. Это позволяет приобрести более профессиональные навыки и понимание физиологического и физического состояния массируемых частей тела и тканей.

Самостоятельно студенты выполняют задания преподавателей по теоретическим основам массажа и практическим навыкам. Проверка самостоятельной работы студентов по теоретическим основам массажа осуществляется во время опросов на занятиях и при проведении рубежного контроля. Проверка знаний по овладению практическими навыками массажа проводится во время рубежного контроля путем демонстрации техники приемов и частных методик массажа на отдельных участках тела.

Зачет для очной и заочной форм обучения включает вопросы по теоретическим основам и практическую демонстрацию техники и методики массажа.

Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные студентами при изучении таких дисциплин как: анатомия, экология, физиология, биология, биохимия, биомеханика, педагогика, психология, гигиена, спортивная медицина, ТФВ, лечебная физическая культура, физическая реабилитация, дисциплины профессионального и спортивно-педагогического циклов.

Рабочая программа дисциплины «Классический массаж» имеет трудоемкость равную 3 зачетным единицам (108 часов). Для очной формы обучения: 8 часов – лекции, 42 часов – практические занятия, 58 часов – самостоятельная работа. Для заочной ускоренной формы обучения: 2 часа – лекции, 10 часов – практические занятия, 96 часов – самостоятельная работа.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ПК-1</b>	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			
	<p>ПК-1.1 Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании</p> <p>- современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;</p> <p>- формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохраненных</p>	4		4

функций;

- планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида;
- демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных мероприятий.

ПК-1.3. Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;

комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастно-половых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп; - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; - контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 академических часов.

**очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского характера	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>I. История развития классического массажа и теоретические основы массажа</b>	<b>4</b>	<b>8</b>		<b>18</b>		
2	1.1. История развития массажа	4			4		
3	1.2. Анатомо-физиологическое обоснование и гигиенические основы массажа	4	2		6		
4	1.4. Системы, методы и формы классического массажа	4	2		4		
5	1.5. Виды классического массажа	4	4		4		
<b>6</b>	<b>II. Приемы классического массажа. Физиологическое влияние, техника и методика их выполнения</b>	<b>4</b>		<b>24</b>	<b>20</b>		
7	2.1. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема поглаживание	4		4	2		
8	2.2. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема выжимание	6		4	2		
9	2.3. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема разминание	4		6	6		
10	2.4. Физиологическое влияние, техника и методика проведения сотрясающих приемов	4		2	2		
11	2.5. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема растирание	4		4	4		

12	2.6. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема движение	4		2	2		
13	2.7. Физиологическое влияние, техника и методика проведения ударных приемов	4		2	2		
<b>14</b>	<b>III. Формы и методика проведения сеансов массажа. Классификация видов массажа, и методика их проведения .</b>	<b>4</b>		<b>18</b>	<b>20</b>		
15	3.1. Методика проведения сеансов частного и общего массажа.	4		4	2		
16	3.2. Классификация видов массажа и методика их проведения	4		14	18		
17	3.3.1. Виды гигиенического массажа и особенности методики проведения	4	2	6	6		
18	- особенности частных методик гигиенического профилактического массажа	4		2	2		
19	- особенности частных методик гигиенического восстановительного массажа	4		2	2		
20	- особенности частных методик гигиенического массажа при различных эмоциональных состояниях	4		2	2		
21	3.3.2. Виды спортивного массажа и особенности методики проведения	4	2	8	8		
22	-особенности частных методик тренировочного спортивного массажа	4		2	2		
23	- особенности частных методик предварительного спортивного массажа	4		2	2		
24	- особенности частных методик восстановительного спортивного массажа	4		2	2		
25	- особенности частных методик массажа при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом	4		2	2		
26	3.3.Термогидропроцедуры и массаж в практике физического воспитания	4			4		
27	Зачет	4					

<b>Итого часов:</b>	<b>8</b>	<b>42</b>	<b>58</b>		
---------------------	----------	-----------	-----------	--	--

### заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>I. История развития классического массажа и теоретические основы массажа</b>	<b>4</b>	<b>2</b>		<b>28</b>		
2	1.1. История развития массажа	4			6		
3	1.2. Анатомо-физиологическое обоснование и гигиенические основы массажа	4			10		
4	1.4. Системы, методы и формы классического массажа	4			6		
5	1.5. Виды классического массажа	4			6		
<b>6</b>	<b>II. Приемы классического массажа. Физиологическое влияние, техника и методика их выполнения</b>	<b>4</b>		<b>8</b>	<b>32</b>		
7	2.1. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема поглаживание	4		2	6		
8	2.2. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема выжимание	6		2	6		
9	2.3. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема разминание	4		2	8		
10	2.4. Физиологическое влияние, техника и методика проведения сотрясающих приемов	4			2		
11	2.5. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема растирание	4		2	6		



12	2.6. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема движение	4			2		
13	2.7. Физиологическое влияние, техника и методика проведения ударных приемов	4			2		
<b>14</b>	<b>III. Формы и методика проведения сеансов массажа. Классификация видов массажа, и методика их проведения .</b>	<b>4</b>		<b>2</b>	<b>36</b>		
15	3.1. Методика проведения сеансов частного и общего массажа.	4			12		
16	3.2. Классификация видов массажа и методика их проведения	4			20		
17	3.2.1. Виды гигиенического массажа и особенности методики проведения	4			10		
18	- особенности частных методик гигиенического профилактического массажа	4			4		
19	- особенности частных методик гигиенического восстановительного массажа	4			4		
20	- особенности частных методик гигиенического массажа при различных эмоциональных состояниях	4			2		
21	3.2.2. Виды спортивного массажа и особенности методики проведения	4			10		
22	-особенности частных методик тренировочного спортивного массажа	4			2		
23	- особенности частных методик предварительного спортивного массажа	4			2		
24	- особенности частных методик восстановительного спортивного массажа	4			4		
25	- особенности частных методик массажа при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом	4			2		
26	3.3.Термогидропроцедуры и массаж в практике физического воспитания	4			4		
27	Зачет	4					

<b>Итого часов:</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	<b>96</b>		
---------------------	----------	-----------	-----------	--	--

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

### **Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы.**

1. История возникновения и развития массажа. Значение слова «массаж».
2. Роль наших соотечественников в развитии и пропаганде массажа, сыгравших выдающуюся роль в обосновании и развитии массажа.
3. Роль выдающегося ученого – профессора И.М. Саркизова-Серазини в развитии спортивного и лечебного массажа.
4. Роль массажа в массовой физической культуре.
5. Применение массажа в различных сферах деятельности человека.
6. Определение массажа.
7. Массаж как наука.
8. Механизм действия массажа. Характер влияния массажа на организм человека.
9. Физиологические механизмы массажа. Местный и общий физиологический эффект массажа.
10. Рефлекторные реакции, которые возникают при массаже кожи. Влияние массажа на выделительные функции и температуру кожи.
11. Приемы массажа, которые применяются на коже.
12. Влияние массажа на ЦНС.
13. Влияние массажа на периферическую нервную систему.
14. Влияние массажа на рецепторный аппарат мышц.

15. Влияние массажа на химические процессы в мышцах.
  16. Влиянием массажа на восстановление работоспособности мышц.
  17. Влияние массажа на кровообращение мышцы.
  18. Влияние массажа на мышцы после физической нагрузки при болезненных ощущениях.
  19. Влияние массажа на мышцы при затвердениях и атрофии.
  20. Влияние массажа на кровоснабжение суставов, сухожилий, связок и т.д.
  21. Влияние тепловых процедур при лечении суставов.
- Последовательность сочетания массажа и тепловых процедур.
22. Последовательность сочетания электропроцедур и массажа.
  23. Роль приема движение в сочетании с другими приемами массажа.
- Последовательность применяемых приемов массажа.
24. Влияние массажа на спортивное мастерство.
  25. Роль массажа в восстановлении работоспособности суставов.
  26. Влияние массажа на центральный аппарат кровообращения.
  27. Влияние массажа на лимфатическую систему.
  28. Влияние массажа на содержание в крови гемоглобина и эритроцитов.
  29. Влияние массажа на кровяное давление.
  30. Влияние массажа на работоспособность.
  31. Влияние массажа на работу сердца.
  32. Влияние массажа на мочеотделение.
  33. Влияние массаж на выделение молочной кислоты.
  34. Влияние массажа на обмен веществ после выполнения физических упражнений при сочетании массажа с тепловыми процедурами.
  35. Влияние массажа на потоотделение при массаже в бане.
  36. Влияние массажа на функцию дыхания.
  37. Приемы массажа, которые способствуют понижению деятельности дыхательного центра. Рефлекторное действие массажа на дыхание.

38. Гигиенические требования к освещению, температуре воздуха в массажном кабинете. Размеры массажного кабинета.
39. Правила работы массажиста.
40. Роль биомеханических законов в проведении массажа.
41. Показания и противопоказания к массажу.
42. Смазывающие вещества и их применение.
43. Системы массажа и отличия одной системы от другой.
44. Отличие сегментарно-рефлекторного массажа от точечного и классического массажа. Использование приемов классического массажа в сегментарно-рефлекторном массаже.
45. Методы массажа.
46. Формы массажа и их характеристика.
47. Правила выполнения массажа.
48. Понятие термина «прием» в ручном массаже.
49. Понятие «перпендикулярное» и «продольное» положение по отношению к массируемому участку тела.
50. Виды приемов ручного классического массажа.
51. Принципы разделения приемов массажа на группы по физиологическому воздействию и анатомическому строению тела.
52. Обозначение терминов «прием поглаживание» и «прием выжимание». Воздействие этих приемов на ткани организма.
53. Виды отягощений при проведении приемов массажа и особенности выполнения техники.
54. Рефлекторное воздействие на организм приема разминание. Циклы движения руки при проведении приемов: ординарное разминание, «двойной гриф», двойное кольцевое.
55. Воздействие на ткани сотрясающих приемов и рефлекторное влияние на организм.
56. Физиологическое влияние на организм приема растирание. Механическое воздействие приема растирание.

57. Значение приема растирание в спортивной и лечебной практике. Роль тепловых процедур в сочетании с приемом растирание.

58. Физиологическое влияние на организм приема движение. Сочетание приема движение с другими приемами массажа. Влияние приема движение на нервно-мышечную систему. Влияние приема движение на развитие гибкости.

59. Правила выполнения приема движение (пассивное, активное и с сопротивлением). Определение направлений движений в суставах.

60. Понятие об «ударных приемах» и особенности применения на участках тела.

61. Понятие о парном массаже, квадрамассаже и методика проведения.

62. Виды аппаратного массажа и краткая характеристика физиологического воздействия. Сочетание аппаратного массажа и ручного.

63. Использование масел и лекарственных мазей в аппаратном массаже. Понятие о баночном массаже. Определение криомассажа.

64. Значение самомассажа в спортивной и лечебной практике, методика проведения по участкам тела, особенности самомассажа в условиях бани.

65. Виды бани и их особенности. Особенности банного (мыльного) массажа.

66. Классификация видов массажа, их краткая характеристика.

67. Понятие о гигиеническом массаже. Физиологическое влияние и цель его применения. Виды гигиенического массажа.

68. Понятие о гигиеническом профилактическом массаже. Цель и задачи массажа. Классификация гигиенического профилактического массажа.

69. Понятие о гигиеническом восстановительном массаже. Цель и задачи массажа. Классификация гигиенического восстановительного массажа.

70. Понятие о гигиеническом массаже при различных эмоциональных состояниях. Цель и задачи массажа. Классификация гигиенического массажа при различных эмоциональных состояниях

71. Понятие о лечебном массаже. Виды лечебного массажа. Цель и задачи применения лечебного массажа.

72. Определение косметического массажа и его применение при занятиях физической культурой и спортом, на производстве и в быту.

73. Понятие о спортивном массаже. Цели и задачи спортивного массажа.

74. Виды тренировочного массажа. Цель и задачи тренировочного массажа.

75. Виды спортивного предварительного массажа. Отличие разминочного массажа и согревающего. Цель и задачи предварительного массажа.

76. Цель спортивного восстановительного массажа. Виды восстановительного массажа.

77. Особенности массажа при спортивных повреждениях, травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом. Сочетание массажа при спортивных повреждениях, травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом и тепло - и электропроцедур.

### **Примерный перечень вопросов к зачету по всему курсу.**

1. Возникновение и развитие классического массажа.
2. Роль наших соотечественников в развитии и пропаганде массажа.
3. Место массажа в системе физического воспитания и в различных сферах трудовой деятельности.
4. Понятие «физиологический механизм массажа».
5. Рефлекторные реакции, возникающие при массаже кожи.
6. Приемы массажа, применяемые на коже. Физиологическое воздействие на организм. Виды приемов.
7. Влияние массажа на ЦНС.
8. Прием выжимание. Физиологическое воздействие на организм. Виды приемов.
9. Прием разминание. Физиологическое воздействие на организм. Виды приемов.
10. Влияние массажа на химические процессы в мышцах.
11. Характеристика восстановления работоспособности мышц под влиянием массажа.

12. Влияние массажа на мышцы при затвердениях и атрофии. Приведите пример из спортивной и лечебной практики.

13. Прием растирание. Физиологическое воздействие на организм. Виды приемов. Сочетание приема растирание с другими приемами массажа.

14. Влияние приема движение на нервно-мышечную систему.

15. Влияние массажа на кровоснабжение суставов, сухожилий, связок и т.д. Перечислите применяемые приемы.

16. Значение приема растирание в спортивной и лечебной практике. Роль тепловых процедур в сочетании с приемом растирание.

17. Особенности и последовательность сочетания электропроцедур и массажа.

18. Роль приема движение. Сочетание приема с другими приемами массажа. Последовательность применяемых приемов массажа. Влияние приема движение на развитие гибкости.

19. Правила выполнения приема движение (пассивное, активное и с сопротивлением). Определение направлений движений в суставах.

20. Сотрясающие приемы. Физиологическое воздействие на организм. Виды приемов.

21. Ударные приемы. Физиологическое воздействие на организм. Виды приемов.

22. Влияние массажа на спортивное мастерство.

23. Роль массажа в восстановлении работоспособности.

24. Влияние массажа на кровяное давление.

25. Влияние массажа на работу сердца.

26. Влияние массажа на мочеотделение. Влияние массажа на выделение молочной кислоты.

27. Влияние сочетания массажа и тепловых процедур на обмен веществ после выполнения физических упражнений.

28. Влияние массажа на функцию дыхания.

29. Гигиенические требования к освещению, температуре воздуха в массажном кабинете. Размеры массажного кабинета.
30. Смазывающие вещества и их применение.
31. Отличия сегментарно-рефлекторного массажа, точечного и классического. Использование приемов классического массажа в сегментарно-рефлекторном массаже.
32. Показания и противопоказания к массажу.
33. Методы массажа. Классификация аппаратного массажа.
34. Формы массажа и их характеристика. Правила выполнения массажа.
35. Виды приемов ручного классического массажа. Принципы разделения приемов массажа на группы по физиологическому воздействию и анатомическому строению.
36. Физиологическое воздействие массажных приемов на организм.
37. Использование масел и лекарственных мазей в механическом массаже. Понятие о баночном массаже. Определение криомассажа.
38. Классификация видов массажа, их краткая характеристика.
39. Виды тренировочного массажа. Цель и задачи тренировочного массажа.
40. Виды спортивного предварительного массажа. Отличие разминочного массажа и согревающего.
41. Цель спортивного восстановительного массажа. Виды восстановительного массажа.
42. Особенности массажа при спортивных повреждениях, травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом.
43. Типы бани и их особенности. Особенности массажа в условиях бани.
44. Понятие о гигиеническом массаже. Физиологическое влияние и цель его применения. Виды гигиенического массажа.
45. Понятие о лечебном массаже. Виды лечебного массажа. Цель применения лечебного массажа.
46. Определение косметического массажа и его применение при занятиях физической культурой и спортом, на производстве и в быту.



## Темы рефератов

1. Спортивный массаж в физкультурно-спортивных мероприятиях.
2. Применение тренировочного массажа в избранном виде спорта.
3. Особенности спортивного массажа, способствующего, повышению тренированности в избранном виде спорта.
4. Особенности спортивного массажа, способствующего сохранению физической формы в избранном виде спорта.
5. Особенности массажа, повышающего уровень физических качеств в избранном виде спорта.
6. Применение предварительного массажа в избранном виде спорта.
7. Предварительный разминочный массаж в избранном виде спорта
8. Особенности предварительного разминочного массажа в предстартовых состояниях спортсмена в избранном виде спорта.
9. Восстановительный массаж в избранном виде спорта.
10. Восстановительный массаж в многодневной системе тренировок и соревнований в избранном виде спорта.
11. Восстановительный массаж после соревнований в избранном виде спорта.
12. Восстановительный массаж в кратковременных перерывах в избранном виде спорта.
13. Особенности восстановительного массажа при физическом и умственном утомлении.
14. Сочетание сеанса восстановительного массажа с баней и активным отдыхом в избранном виде спорта
15. Сочетание восстановительного массажа с физическими средствами восстановления при занятиях физической культурой.
16. Сочетание сеанса восстановительного массажа с баней и активным отдыхом при занятиях физической культурой.
17. Особенности массажа при травмах и заболеваниях в избранном виде спорта.

18. Гигиенический массаж (самомассаж) в профилактике профессиональных заболеваний.

19. Гигиенический массаж (самомассаж) при занятиях ходьбой.

20. Гигиенический массаж (самомассаж) при занятиях оздоровительным бегом.

21. Применение гигиенического профилактического массажа (самомассажа) в быту.

22. Применение восстановительного гигиенического массажа (самомассажа) в процессе рабочего дня.

23. Гигиенический массаж (самомассаж) при занятиях физической культурой и спортом.

24. Гигиенический массаж (самомассажа) – как средство профилактики и реабилитации производственных травм и заболеваний.

#### **Решение ситуационных задач**

- ***Составление отдельных методик массажа по видам спортивного массажа.*** Преподаватель выбирает вид спортивного массажа, обозначает вид спорта и квалификацию подготовленности спортсмена и дает задание по разработке методики спортивного массажа. Студенты выполняют данное задание в форме самостоятельной работы дома и демонстрируют его выполнение на занятиях.

- ***Разработка методики спортивного массажа в избранном виде спорта.*** Преподаватель дает задание по разработке методики спортивного массажа в избранном виде спорта. Преподаватель обозначает (квалификацию спортсмена, возраст, пол, тренировочный, соревновательный или восстановительный период). Студенты выполняют данное задание в форме самостоятельной работы дома и демонстрируют его выполнение на занятиях.

- ***Составление отдельных методик массажа по видам гигиенического массажа.*** Преподаватель обозначает предполагаемый контингент (вид профессиональной деятельности, возраст, пол, психическое состояние человека) и дает задание по разработке методики одного из видов гигиенического массажа.

Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и демонстрируют разработанную методику на практических занятиях.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.**

### **а) Основная литература:**

1. Бирюков А.А. Спортивный массаж: Учебник для студентов высших учебных заведений /А.А. Бирюков. – Издательский центр «Академия», 4-е изд. стер. М.; 2014.

2. Бирюков А.А. Спортивный массаж: Учебник для студентов высших учебных заведений /А.А. Бирюков. – Издательский центр «Академия», 3-е изд. стер. М.; 2013.

3. Бирюков А.А. Особенности русского классического массажа в различных видах спорта: монография /А.А. Бирюков – М.: Физическая культура, 2008. – 304с.

4. Бирюков А.А. Баня лечит и молодит: монография /А.А. Бирюков. – М.: Физическая культура, 2006. – 240с.

### **б) Дополнительная литература:**

1. Бирюков А.А. Спортивный массаж: Учебник для студентов высших учебных заведений /А.А. Бирюков. – Издательский центр «Академия», 2-е изд. стер. М.; 2008.

2. Бирюков А.А. Эргономические и гигиенические основы русской системы классического массажа: метод. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям 032101, 032102: рек. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / А.А. Бирюков, Д.Н. Савин. - М.: Физ. культура, 2008. - 164 с.: ил.

3. Васичкин В.И. Массаж: Уроки великого мастера / В.И. Васичкин. - М.: АСТ; СПб.: Полигон, [2009]. - 319 с.: ил. + ЭОД.

4. Погосян М.М. Методика применения предварительного массажа в спорте : учеб.-метод. пособие / М.М. Погосян ; Моск. гос. акад. физ. культуры, Каф. спортив. медицины 032101, 032102. - Малаховка, 2008. - 35 с.

5. Фокин В.Н. Полный курс массажа : учеб. пособие / Фокин Валерий Николаевич. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Гранд-фаир, 2002. - 508 с.: ил.

6. Бирюков, А.А. Классический массаж : учебник / Н.А. Власова; А.А. Бирюков .— Москва : Советский спорт, 2021 .— 347 с. : ил. — (Университетский учебник). <https://lib.rucont.ru/efd/783167>

7. Погосян, М. М. Методика общего и частного массажа : учебно-методическое пособие / М. М. Погосян .— Изд. 2-е, доп. и перераб. — Малаховка : МГАФК, 2012 .— 168 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/efd/772727>

в). Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.sport.iatp.org.ua> — здоровье, физкультура, спорт

2. <http://www.breath.ru> — портал здорового образа жизни.

3. Теория и практика физической культуры: Журнал  
[НТТР://lib.sportedu.ru/press/tpfk](http://lib.sportedu.ru/press/tpfk)

4. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: Журнал  
[НТТР://lib.sportedu.ru/press/fkvot](http://lib.sportedu.ru/press/fkvot)

5. Физкультура и спорт: Журнал <http://www.fismag.ru/>

*Отечественные базы данных:*

1. Национальный цифровой ресурс «Руко́нт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

2. Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>

3. Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>

4. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия  
<https://www.garant.ru/>

*Зарубежные базы данных:*

1. «Health Research Premium Collection» компании ProQuest  
[www.proquest.com](http://www.proquest.com)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения обще технологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Мин.спорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro  - <i>Microsoft Word</i>  - <i>Microsoft Excel</i>  - <i>Microsoft PowerPoint</i>  - <i>Microsoft Outlook</i>	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности Университета. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Мин.спорта России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе:  <i>Редактор текстовый,</i>  <i>Редактор табличный,</i>  <i>Редактор деловой графики и презентаций</i>  <i>Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i>
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при

		организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.

#### **6. Материально-техническое обеспечение дисциплины:**

- массажная аудитория № 346, 344 МБК;
- кушетки;
- раздевалка;
- монитор;
- ноутбук;
- наглядные пособия;
- библиотека, читальный зал с выходом в сеть Интернет.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «Классический массаж» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, 2 курса, направления 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», профилю «Адаптивное физическое воспитание» очная и заочная формы обучения**

### 1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры  
Сроки изучения дисциплины : 4 семестр очная и заочная формы обучения.  
Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>i</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Зачет по теоретическим основам массажа № 1:</i> - история развития массажа; - анатомо-физиологическое обоснование массажа; - определение, показания и противопоказания к массажу; - гигиенические требования к массажу - физиологические факторы, влияющие на организм при массаже.	6	5
2	<i>Мини-зачет по практическим навыкам №1:</i> - техника и методика выполнения приемов поглаживание, выжимание.	7	5
3	<i>Мини-зачет по практическим навыкам № 2:</i> - техника и методика выполнения приемов классического массажа.	11	5
4	<i>Зачет по теоретическим основа массажа № 2:</i> - формы и технология проведения сеансов массажа; - виды массажа и его классификация; - классификация гигиенического массажа; - классификация лечебного массажа; - классификация косметического массажа; - системы массажа.	12	5
5	<i>Мини-зачет по практическим навыкам №3:</i> - техника и частные методики массажа на отдельных участках тела.	14	5
6	<i>Зачет по теоретическому материалу № 3:</i> - классификация спортивного массаж;	16	5

	- классификация тренировочного массажа; - классификация предварительного массажа; - классификация восстановительного массажа; - массаж при спортивных травмах и повреждениях связанных со спортом; - самомассаж.		
7	Опрос на семинарах по темам	В течении семестра	5
8	Решение ситуационных задач	17	5
9	Защита реферата по выбранной теме	17-18	15
10	Посещение занятий	В течение семестра	25
	<b>зачет</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практических заданий по ситуационным задачам на темы пропущенных занятий	10
3	Тестирование по пропущенным темам	10
4	Тестирование по пропущенным темам	15
5	Презентации по пропущенным темам	15

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости



Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной  
физической культуры им. И.М.Саркизова-Серазини**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.В.10. «Классический массаж»**

Направление подготовки:  
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Профиль:  
«Адаптивное физическое воспитание»

Уровень образования: *бакалавриат*  
Форма обучения: *очная, заочная*  
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины** составляет *108 часов (3 зачетных единицы)*.

2. **Семестр освоения дисциплины:** *4 семестр (очная форма обучения), 4 семестр (заочная форма обучения)*.

3. **Цель освоения дисциплины Б1.В.10. является:** подготовка специалистов, способных к целостному и систематическому анализу сложных проблем современной жизни общества на основе системного подхода к деятельности в профессиональной сфере. Необходимо создать у студентов понятие об общих принципах и методических правилах использования массажа в системе физической культуры и спорта, а также с лечебно-профилактическими целями и на этой основе научить их навыкам и умениям применения массажа специалистов по адаптивной физической культуре.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине: Б1.В.10. «Классический массаж».**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)  наименование	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			
	ПК-1.1 Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья,	4		4

	<p>занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;</p> <p>- формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций; - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных мероприятий.</p> <p>ПК-1.3. Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</p> <p>комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастно-половых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп; - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; - контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения</p>			
--	--	--	--	--

	индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами			
--	--	--	--	--

## 5. Краткое содержание дисциплины:

### очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>I. История развития классического массажа и теоретические основы массажа</b>	<b>4</b>	<b>8</b>		<b>18</b>		
2	1.1. История развития массажа	4			4		
3	1.2. Анатомо-физиологическое обоснование и гигиенические основы массажа	4	2		6		
4	1.4. Системы, методы и формы классического массажа	4	2		4		
5	1.5. Виды классического массажа	4	4		4		
<b>6</b>	<b>II. Приемы классического массажа. Физиологическое влияние, техника и методика их выполнения</b>	<b>4</b>		<b>24</b>	<b>20</b>		
7	2.1. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема поглаживание	4		4	2		
8	2.2. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема выжимание	6		4	2		
9	2.3. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема разминание	4		6	6		
10	2.4. Физиологическое влияние, техника и методика проведения сотрясающих приемов	4		2	2		

11	2.5. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема растирание	4		4	4		
12	2.6. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема движение	4		2	2		
13	2.7. Физиологическое влияние, техника и методика проведения ударных приемов	4		2	2		
<b>14</b>	<b>III. Формы и методика проведения сеансов массажа. Классификация видов массажа, и методика их проведения .</b>	<b>4</b>		<b>18</b>	<b>20</b>		
15	3.1. Методика проведения сеансов частного и общего массажа.	4		4	2		
16	3.2. Классификация видов массажа и методика их проведения	4		14	18		
17	3.3.1. Виды гигиенического массажа и особенности методики проведения	4	2	6	6		
18	- особенности частных методик гигиенического профилактического массажа	4		2	2		
19	- особенности частных методик гигиенического восстановительного массажа	4		2	2		
20	- особенности частных методик гигиенического массажа при различных эмоциональных состояниях	4		2	2		
<b>21</b>	<b>3.3.2. Виды спортивного массажа и особенности методики проведения</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>8</b>		
22	-особенности частных методик тренировочного спортивного массажа	4		2	2		
23	- особенности частных методик предварительного спортивного массажа	4		2	2		
24	- особенности частных методик восстановительного спортивного массажа	4		2	2		
25	- особенности частных методик массажа при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом	4		2	2		

26	3.3.Термогидропроцедуры и массаж в практике физического воспитания	4			4		
27	Зачет	4					
<b>Итого часов:</b>		<b>4</b>	<b>8</b>	<b>42</b>	<b>58</b>		

### заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>I. История развития классического массажа и теоретические основы массажа</b>	<b>4</b>	<b>2</b>		<b>28</b>		
2	1.1. История развития массажа	4			6		
3	1.2. Анатомо-физиологическое обоснование и гигиенические основы массажа	4			10		
4	1.4. Системы, методы и формы классического массажа	4			6		
5	1.5. Виды классического массажа	4			6		
<b>6</b>	<b>II. Приемы классического массажа. Физиологическое влияние, техника и методика их выполнения</b>	<b>4</b>		<b>8</b>	<b>32</b>		
7	2.1. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема поглаживание	4		2	6		
8	2.2. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема выжимание	6		2	6		
9	2.3. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема разминание	4		2	8		
10	2.4. Физиологическое влияние, техника и методика проведения сотрясающих приемов	4			2		

11	2.5. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема растирание	4		2	6		
12	2.6. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема движение	4			2		
13	2.7. Физиологическое влияние, техника и методика проведения ударных приемов	4			2		
14	<b>III. Формы и методика проведения сеансов массажа. Классификация видов массажа, и методика их проведения .</b>	<b>4</b>		<b>2</b>	<b>36</b>		
15	<b>3.1. Методика проведения сеансов частного и общего массажа.</b>	<b>4</b>			<b>12</b>		
16	<b>3.2. Классификация видов массажа и методика их проведения</b>	<b>4</b>			<b>20</b>		
17	<b>3.2.1. Виды гигиенического массажа и особенности методики проведения</b>	<b>4</b>			<b>10</b>		
18	- особенности частных методик гигиенического профилактического массажа	4			4		
19	- особенности частных методик гигиенического восстановительного массажа	4			4		
20	- особенности частных методик гигиенического массажа при различных эмоциональных состояниях	4			2		
21	<b>3.2.2. Виды спортивного массажа и особенности методики проведения</b>	<b>4</b>			<b>10</b>		
22	-особенности частных методик тренировочного спортивного массажа	4			2		
23	- особенности частных методик предварительного спортивного массажа	4			2		
24	- особенности частных методик восстановительного спортивного массажа	4			4		
25	- особенности частных методик массажа при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом	4			2		



26	3.3.Термогидропроцедуры и массаж в практике физического воспитания	4			4		
27	Зачет	4					
<b>Итого часов:</b>			<b>2</b>	<b>10</b>	<b>96</b>		

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной  
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.11 Лечебная физическая культура»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 – Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института ТРРиФ  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Физической реабилитации, массажа и  
оздоровительной физической культуры  
им. И.М. Саркизова-Серазини

Протокол № 5 от «24» октября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель:

Лунина Наталья Владимировна - кандидат биологических наук, доцент,  
кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной  
физической культуры

им. И.М. Саркизова-Серазини ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

Майорникова Светлана Анатольевна – кандидат педагогических наук,  
доцент кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной  
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини ФГБОУ ВО  
«РГУФКСМиТ»

Рецензент:

\_\_\_\_\_  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

**Цель освоения дисциплины (модуля):** получение обучающимися знаний, формирование у студентов методико-практических умений и навыков в области теории и методики лечебной физической культуры (ЛФК) при различных заболеваниях и травмах; формирование навыков самостоятельной и творческой разработки методик ЛФК и навыков проведения занятий лечебной физической культурой; формирование опыта творческой методико-практической деятельности в процессе применения физических упражнений и естественно-средовых и гигиенических факторов. Дисциплина реализуется на русском языке.

## 1. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Лечебная физическая культура» входит в Блок обязательных дисциплин части, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана.

Дисциплина «Лечебная физическая культура» предшествует изучению следующих дисциплин:

- базовой части: «Методика преподавания гимнастики», «Анатомия человека», «Общая патология и тератология», «Физиология человека», «Комплексная реабилитация больных и инвалидов»;
- вариативной части: «Особенности развития организма человека в норме и патологии», «Теоретико-методические основы адаптивного физического воспитания».

Освоение дисциплины «Лечебная физическая культура» необходимо для последующего изучения дисциплин «Теория и организация адаптивной физической культуры», «Организация физкультурно-массовой работы среди лиц с отклонениями в состоянии здоровья», необходимо для осуществления научно-исследовательской работы, выполнения и защиты выпускной квалификационной работы

## 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7	Способен поддерживать должный уровень	3		3

	физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			
УК-7.3	Знает требования профессиональной деятельности к уровню здоровья и физической подготовленности работников	3		3

### 3. Структура и содержание дисциплины (модуля) «Б1.В.11 Лечебная физическая культура»

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **3 зачетных единиц, 108 академических часа.**

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Тема 1.</b> Введение. Общие основы лечебной физической культуры	3	2	4	8		
2	<b>Тема 2.</b> ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	3	2	4	8		
3	<b>Тема 3.</b> ЛФК при заболеваниях органов дыхания	3	2	4	8		
4	<b>Тема 4.</b> Лечебная физическая культура при травмах опорно-двигательного аппарата	3	2	4	8		
5	<b>Тема 5.</b> Лечебная физическая культура при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии	3	2	4	8		
6	<b>Тема 6.</b> Лечебная физическая культура при заболеваниях и повреждениях нервной системы	3	2	4	8		
7	<b>Тема 7.</b> Физическая культура в специальных медицинских группах. Физическая культура для лиц старшего и пожилого возраста	3		4	11		
<b>Итого: 108 час.</b>			<b>12</b>	<b>28</b>	<b>59</b>	<b>Экзамен 9 час.</b>	

## Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Тема 1.</b> Введение. Общие основы лечебной физической культуры	3	2		12		
2	<b>Тема 2.</b> ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	3		2	12		
3	<b>Тема 3.</b> ЛФК при заболеваниях органов дыхания	3			12		
4	<b>Тема 4.</b> Лечебная физическая культура при травмах опорно-двигательного аппарата	3		2	14		
5	<b>Тема 5.</b> Лечебная физическая культура при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии	3		2	14		
6	<b>Тема 6.</b> Лечебная физическая культура при заболеваниях и повреждениях нервной системы	3			14		
7	<b>Тема 7.</b> Физическая культура в специальных медицинских группах. Физическая культура для лиц старшего и пожилого возраста	3			13		
<b>Итого: 108 час.</b>			2	6	91		<b>Экзамен 9 час.</b>

### 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «Б1.В.11 Лечебная физическая культура» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) 1.«Б1.В.11 Лечебная физическая культура».

#### 5.2.1. Подготовка доклада по темам:

1.Лечебная физическая культура (ЛФК) в травматологии.

2.Лечебная физическая культура (ЛФК) при сердечно-сосудистых заболеваниях.

3. Лечебная физическая культура (ЛФК) при заболеваниях органов дыхания.
4. Лечебная физическая культура (ЛФК) при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и органов мочевого выделения.
5. Лечебная физическая культура (ЛФК) при заболеваниях нервной системы.

5.2.2. Подготовка реферата по темам:

1. Лечебная физическая культура (ЛФК) при дефектах осанки, сколиозах и плоскостопии.
2. Лечебная физическая культура (ЛФК) при заболеваниях суставов и нарушении обмена веществ.

5.2.3. Составление и демонстрация комплекса ЛГ по темам:

*Тема 2. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы: атеросклерозе, нейро-циркуляторной дистонии, стенокардии, инфаркте миокарда, гипертонической болезни, гипотонической болезни, варикозном расширении вен (по периодам восстановительного лечения)*

*Тема 3. ЛФК при заболеваниях органов дыхания: бронхит, пневмония, плеврит, бронхиальная астма, эмфизема легких (по периодам восстановительного лечения).*

*Тема 4. Лечебная физическая культура при травмах опорно-двигательного аппарата.*

Травмы сумочно-связочного аппарата суставов верхней и нижней конечностей (по периодам восстановительного лечения).

Переломы трубчатых костей верхней конечности (по периодам восстановительного лечения).

Переломы трубчатых костей нижней конечности (по периодам восстановительного лечения).

Компрессионные переломы позвоночника, неосложненные неврологическими проявлениями (по периодам восстановительного лечения).

Переломы костей таза (по видам и периодам восстановительного лечения).

*Тема 5. Лечебная физическая культура при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии*

Нарушения осанки в сагиттальной и фронтальных плоскостях (по видам нарушения).

Плоскостопие (по видам нарушения).

Сколиоз (по видам и локализации нарушения).

*Тема 6. Лечебная физическая культура при заболеваниях и повреждениях нервной системы: ревматизм, инсульт, невриты верхней и нижней конечностей (по периодам восстановительного лечения).*

*Тема 7. Физическая культура в специальных медицинских группах. Физическая культура для лиц старшего и пожилого возраста: СМГ в общеобразовательных учреждениях, СМГ в СУЗах, СМГ в ВУЗах,*

физкультурно-оздоровительные занятия для лиц старшего и пожилого возраста (*нозология по выбору студентов*).

#### 5.2.4. Примерный перечень вопросов к экзамену

1. Дайте понятие о ЛФК и её средствах.
2. Назовите формы ЛФК и охарактеризуйте их.
3. Дайте определение понятия “реабилитация”, место ЛФК в реабилитации.
4. Классификация и характеристика физических упражнений в ЛФК.
5. Методика лечебного применения физических упражнений в ЛФК.
6. Способы дозировки физических упражнений в ЛФК.
7. Градация интенсивности физических упражнений в ЛФК.
8. Лечебная, тонизирующая (поддерживающая) и тренирующая дозировка нагрузки в ЛФК.
9. Методы врачебно-педагогической оценки воздействия физических нагрузок и эффективности проведённых курсов ЛФК.
10. Периоды лечебного применения физических упражнений.
11. Организация ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях.
12. Охарактеризуйте виды двигательных режимов в лечебно-профилактических учреждениях.
13. История применения физических упражнений с лечебной целью в глубокой древности и до XVIII века.
14. История интереса к лечебному использованию физических упражнений в России.
15. Механизм лечебного воздействия физических упражнений: тонизирующее влияние, трофическое действие, формирование компенсаций, нормализация функций.
17. Механизм лечебного действия физических упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
18. Основы методики ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
19. Понятие об атеросклерозе. Задачи и методика ЛФК при разных стадиях заболевания.
20. Понятие об ишемической болезни сердца (ИБС). Задачи и методика ЛФК для больных, отнесённых к различным функциональным классам. Вторичная профилактика.
21. Понятие об инфаркте миокарда. Степени тяжести инфаркта миокарда. Задачи и методика ЛФК на стационарном этапе реабилитации.
22. ЛФК при инфаркте миокарда на санаторном и поликлиническом этапах реабилитации. Вторичная профилактика.
23. Понятие о ревматизме и пороках сердца. Задачи и методика ЛФК в зависимости от степени недостаточности кровообращения при пороках сердца.
24. Понятие о гипертонической болезни. Задачи и методика ЛФК при гипертонической болезни в зависимости от стадии.
25. Понятие о гипотонической болезни. Задачи и методика ЛФК.
26. Понятие об облитерирующем эндартериите. Задачи и методика ЛФК.



27. Понятие о варикозном расширении вен. Задачи и методика ЛФК.
28. Механизм лечебного воздействия физических упражнений: тонизирующее влияние, трофическое действие, формирование компенсаций, нормализация функций.
29. Механизм лечебного действия физических упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
30. Основы методики ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
31. Понятие об атеросклерозе. Задачи и методика ЛФК при разных стадиях заболевания.
32. Понятие об ишемической болезни сердца (ИБС). Задачи и методика ЛФК для больных, отнесённых к различным функциональным классам. Вторичная профилактика.
33. Понятие об инфаркте миокарда. Степени тяжести инфаркта миокарда. Задачи и методика ЛФК на стационарном этапе реабилитации.
34. ЛФК при инфаркте миокарда на санаторном и поликлиническом этапах реабилитации. Вторичная профилактика.
35. Понятие о ревматизме и пороках сердца. Задачи и методика ЛФК в зависимости от степени недостаточности кровообращения при пороках сердца.
36. Понятие о гипертонической болезни. Задачи и методика ЛФК при гипертонической болезни в зависимости от стадии.
37. Понятие о гипотонической болезни. Задачи и методика ЛФК.
38. Понятие об облитерирующем эндартериите. Задачи и методика ЛФК.
39. Понятие о варикозном расширении вен. Задачи и методика ЛФК.
40. Значение и методика занятий физическими упражнениями для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний.
41. Основные проявления заболеваний органов дыхания и механизм лечебного действия физических упражнений при них.
42. Понятие о бронхиальной астме. Задачи и методика ЛФК, специальные упражнения.
43. Понятие об эмфиземе лёгких. Задачи и методика ЛФК с учётом стадии болезни, специальные упражнения.
44. Понятие о пневмонии. Задачи и методика ЛФК, специальные упражнения.
45. Охарактеризуйте травмы опорно-двигательного аппарата, их основные клинические проявления и осложнения. Дайте определение понятию «травматическая болезнь»
46. Охарактеризуйте периоды занятий ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата, задачи каждого периода.
47. Охарактеризуйте повреждения плечевого пояса и верхней конечности. Задачи и методика ЛФК по периодам и в зависимости от характера иммобилизации.
48. Компрессионные переломы позвонков в разных отделах позвоночника. Периоды ЛФК, задачи и методика по периодам.

49. Виды переломов костей таза. Укладка больных при различных переломах таза. Периоды ЛФК, задачи и методика по периодам и в зависимости от вида перелома.
50. Переломы диафиза бедра. Задачи и методика ЛФК по периодам.
51. Охарактеризуйте травмы коленного сустава (разрыв боковых и крестообразных связок, повреждение менисков коленного сустава). Расскажите о периодах ЛФК, основных задачах, средствах и методах ЛФК по периодам.
52. Дайте характеристику повреждениям сухожильно-связочного аппарата голеностопного сустава. Раскройте методику ЛФК при оперативном сшивании разрыва ахиллова сухожилия у спортсменов.
53. Особенности методики ЛФК при повреждениях ОДА у спортсменов.
54. Понятие о правильной осанке и ее нарушения. Методика ЛФК при различных видах нарушения осанки, роль физических упражнений в профилактике нарушений осанки.
55. Понятие о сколиозе и сколиотической болезни. Виды сколиоза и его степени. Методика занятий ЛФК в зависимости от степени сколиоза. Применение групп физических упражнений (симметрия, асимметрия, деторсионные и др.). Факторы знаний ЛФК. Профилактика средствами физической культуры.
56. Понятие о плоскостопии (продольном и поперечном) и его определение. Задачи и методика ЛФК, специальные упражнения.
57. Лечебная физическая культура при заболеваниях и повреждениях периферических нервов. Механизм лечебного действия физических упражнений и общие основы методики ЛФК по периодам.
58. Понятие об остеохондрозе позвоночника. Задачи и методика ЛФК при остеохондрозе поясничного отдела позвоночника.
59. Остеохондроз шейного отдела позвоночника. Задачи и методика ЛФК по периодам.
60. Понятие об инсульте. Задачи и методика ЛФК по периодам.
61. Понятие о травматической болезни спинного мозга (ТБСМ). Задачи и методика ЛФК по периодам. Этапно-курсовая система реабилитации.
62. Понятие о специальных медицинских группах. Задачи физического воспитания в этих группах, их комплектование. Средства и формы физического воспитания в специальных медицинских группах.
63. Возрастные физиологические изменения при старении. Комплектование и подразделение лиц среднего и пожилого возраста для занятий физическими упражнениями в три группы.
64. Общие основы методики занятий физическими упражнениями для лиц среднего и пожилого возраста.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а)Основная литература:**

1. Лечебная физическая культура : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования / под ред. С.Н. Попова. - 11-е изд., испр. - М.: Academia, 2014. - 413 с.: ил.
2. Физическая реабилитация : в 2 т. : учеб. для студентов бакалавриата и магистратуры по направлению подгот. "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья" : рек. эмс ИНПО ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / под ред. С.Н. Попова. - 2-е изд., стереотип. - М.: Academia, 2016.
3. Физическая реабилитация : в 2 т. : учеб. для студентов бакалавриата и магистратуры по направлению подгот. "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья" : рек. эмс ИНПО ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / под ред. С.Н. Попова. - 2-е изд., стереотип. - М.: Academia, 2016.
4. Красикова, И.С. Детский массаж и гимнастика для профилактики и лечения нарушений осанки, сколиозов и плоскостопия / И.С. Красикова. - СПб.: КОРОНА.Век, 2013. - 319 с.: ил.
5. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры : учеб. пособия в образоват. учреждениях, реализующих образоват. прогр. ВПО проф. подгот. по дисциплинам "Соврем. физкультур.-оздоровит. технологии" и "Теория и методика орг. фитнеса" - для студентов всех форм обучения по направлениям подгот. 050100.62 профиля подгот. "Физ. культура", 034300.62 : рек. ФГБОУ ВПО "Рос. гос. пед. ун-т им. А.И. Герцена" / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш. - М.: спорт, 2016. - 279 с.

### **б)Дополнительная литература:**

1. Стариков, С.М. Физическая реабилитация в комплексном лечении больных с дорсопатиями : монография / [Стариков С.М., Поляев Б.А., Болотов Д.Д.] ; М-во здравоохранения и соц. развития РФ, Гос. образоват. учреждение доп. проф. образования, Рос. мед. акад. последиплом. образования. - Изд. 2-е, перераб. и доп. - М.: [Красная звезда], 2012. - 154 с.: ил.
2. Менхин, А.В. Рекреативно-оздоровительная гимнастика : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям 032101, 032102 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта : доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / А.В. Менхин. - М.: Физ. культура, 2007. - 150 с.
3. Козырева, О.В. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезитерапия : учеб. слов.-справ. : учеб. пособие : рек. Эксперт.-метод. советом РГУФКСиТ (ГЦОЛИФК) к использованию в учеб. процессе / О.В. Козырева, А.А. Иванов. - М.: Сов. спорт, 2010. - 278 с.

4. Специальные двигательные режимы в оздоровительной массовой физкультуре : метод. указания к практ. занятиям по дисциплине Физ. культура для студентов всех образоват. прогр. / сост.: Е.А. Дашкова, С.Е. Колонцов, О.Н. Уколова ; М-во образования и науки РФ, Муром. ин-т (филиал) гос. образоват. учреждения Высш. проф. образования "Владимир. гос. ун-т". - Муром, 2010. - 43 с.: табл.  
Физическая культура - основа здорового образа жизни : учеб. пособие / под общ. ред. В.А. Дудова ; Рос. акад. гос. службы при Президенте РФ. - М.: Изд-во Рос. акад. гос. службы, 2010. - 143 с.: ил
5. Лечебная физическая культура : учебно-методическое пособие / В. С. Мартынихин, С. К. Гончарова, А. И. Бабушкина, М. М. Вишейко .— Малаховка : МГАФК, 2012 .— 81с. <https://lib.rucont.ru/efd/772266>
6. Вайнер, Э. Н. Лечебная физическая культура : учебник / Э. Н. Вайнер. – 4-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2018. – 420 с. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500656>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования  
<https://fgosvo.ru/>
2. Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации  
<https://fgosreestr.ru/>
3. Реестр профстандартов Минтруда РФ  
<https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>
4. Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>
5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия  
<https://www.garant.ru/>
6. Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
7. Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>
8. Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>
9. Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
10. Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
11. Координационные советы по областям образования  
<https://fgosvo.ru/ksumo/index>
12. Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА <http://rusada.ru/>
13. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru.  
<http://elibrary.ru/defaultx.asp>

14. Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий
15. <https://www.minsport.gov.ru/activity/government-regulation/edinyj-kalendarnyj-plan/>
16. Государственная информационная система «Спорт»\_ <https://sportrf.gov.ru/>
17. Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>
18. Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
19. Адаптивная физическая культура\_ <https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro <i>-Microsoft Word</i> <i>-Microsoft Excel</i> <i>-Microsoft PowerPoint</i> <i>-Microsoft Outlook</i>	Семейство офисных систем в составе: <i>Редактор текстовый,</i> <i>Редактор табличный,</i> <i>Редактор деловой графики и презентаций</i> <i>Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i>
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf).
4.	Dr. Web	Локальная антивирусная программа.
5.	Microsoft Office Access	Система управления базой данных. Устанавливается

	по мере необходимости использования в образовательном процессе.
--	---

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- 1.«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- 2.Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

#### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Б1.В.11 Лечебная физическая культура»  
 для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса,  
 2 курса (очной и заочной формы)  
 направления подготовки 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в  
 состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)  
 направленности (профилю) «Адаптивное физическое воспитание»  
 очной, заочная формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им.И.М. Саркизова-Серазини

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр очной и заочной форм обучения

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме «ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы»	2 неделя	10*
2	Контрольный опрос, составление и демонстрация упражнений по теме «ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы»	4 неделя	2*
3	Подготовка доклада по теме «ЛФК при заболеваниях органов дыхания»	4 неделя	10*
4	Контрольный опрос, составление и демонстрация упражнений по теме «ЛФК при заболеваниях органов дыхания»	6 неделя	2*
5	Подготовка доклада по теме «Лечебная физическая культура при травмах опорно-двигательного аппарата»	7 неделя	10*
6	Контрольный опрос, составление и демонстрация упражнений по теме «Лечебная физическая культура при травмах опорно-двигательного аппарата»	8 неделя	2*
7	Контрольный опрос, составление и демонстрация упражнений по теме «Лечебная физическая культура при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии»	10 неделя	2*
8	Подготовка доклада по теме «Лечебная физическая культура при заболеваниях и повреждениях нервной системы»	11 неделя	10*
9	Контрольный опрос, составление и демонстрация упражнений по теме «Физическая культура в специальных медицинских группах. Физическая культура для лиц старшего и пожилого возраста»	13неделя	2*
10	Посещение занятий	В течение семестра	0,5 балла x 1 занятие = 20 баллов

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	<b>Экзамен по дисциплине</b>		<b>30*</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*\*примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

#### **Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	Реферат по теме «Средства ЛФК и методика их применения при ишемической болезни сердца»	10
2	Подготовка доклада по теме «Средства и формы ЛФК при бронхиальной астме»	10
3	Подготовка доклада по теме «Средства и методика ЛФК при компрессионном переломе позвоночника»	10
4	Реферат по теме «Методика ЛФК для больных после инсульта»	10
5	Подготовка доклада по теме «Физическая культура в специальных медицинских группах»	10

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### **Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной  
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.11 Лечебная физическая культура»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 – Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание  
(наименование)

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная и заочная

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

**Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единицы.**

**1. Семестр освоения дисциплины (модуля): 3 семестр.**

**2. Цель освоения дисциплины (модуля):** получение обучающимися знаний, формирование у студентов методико-практических умений и навыков в области теории и методики лечебной физической культуры (ЛФК) при различных заболеваниях и травмах; формирование навыков самостоятельной и творческой разработки методик ЛФК и навыков проведения занятий лечебной физической культурой; формирование опыта творческой методико-практической деятельности в процессе применения физических упражнений и естественно-средовых и гигиенических факторов.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	3		3
УК-7.3	Знает требования профессиональной деятельности к уровню здоровья и физической подготовленности работников	3		3

**4. Краткое содержание дисциплины (модуля):**

**Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Введение. Общие основы лечебной физической культуры	3	2	4	8		
2	Тема 2. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	3	2	4	8		
3	Тема 3. ЛФК при заболеваниях органов дыхания	3	2	4	8		

4	<b>Тема 4.</b> Лечебная физическая культура при травмах опорно-двигательного аппарата	3	2	4	8		
5	<b>Тема 5.</b> Лечебная физическая культура при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии	3	2	4	8		
6	<b>Тема 6.</b> Лечебная физическая культура при заболеваниях и повреждениях нервной системы	3	2	4	8		
7	<b>Тема 7.</b> Физическая культура в специальных медицинских группах. Физическая культура для лиц старшего и пожилого возраста	3		4	11		
<b>Итого: 108 час.</b>			12	28	59		<b>Экзамен 9 час.</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Тема 1.</b> Введение. Общие основы лечебной физической культуры	3	2		12		
2	<b>Тема 2.</b> ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	3		2	12		
3	<b>Тема 3.</b> ЛФК при заболеваниях органов дыхания	3			12		
4	<b>Тема 4.</b> Лечебная физическая культура при травмах опорно-двигательного аппарата	3		2	14		
5	<b>Тема 5.</b> Лечебная физическая культура при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии	3		2	14		
6	<b>Тема 6.</b> Лечебная физическая культура при заболеваниях и повреждениях нервной системы	3			14		
7	<b>Тема 7.</b> Физическая культура в специальных медицинских группах. Физическая культура для лиц старшего и пожилого возраста	3			13		
<b>Итого: 108 час.</b>			2	6	91		<b>Экзамен 9 час.</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.12 Адаптивный спорт»**

Направление подготовки:  
49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии  
здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивной физической культуры  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Составители:

Рубцова Наталья Олеговна – кандидат педагогических наук, профессор,  
зав. кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры  
РГУФКСМиТ;

Рубцов Алексей Валерьевич - кандидат педагогических наук, доцент  
кафедры теории и методики адаптивной физической культуры  
РГУФКСМиТ

Рецензент:

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины «*Адаптивный спорт*» являются: формирование навыков будущих специалистов по работе с программами адаптивного спорта для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и освоение технологии построения тренировочного процесса в адаптивном спорте.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров по направлению 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) по профилю *Адаптивное физическое воспитание*.

Дисциплина «*Адаптивный спорт*» относится к дисциплинам обязательной части учебного плана.

Данная дисциплина определяет преимущественно профессиональную компетентность бакалавра через формирование у обучающихся понимания особенностей видов адаптивного спорта, его компонентов, способов организаций, регламентирующих документов, организационных структур.

Дисциплина «*Адаптивный спорт*» является важнейшей основой для формирования навыков работы с инвалидами и лицами с ОВЗ в различных видах образовательных, реабилитационных и оздоровительных учреждениях, спортивных организациях, осуществляющих адаптивный спорт с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, разного уровня.

Дисциплина «*Адаптивный спорт*» органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана: «*Анатомия человека*», «*Физиология человека*», «*Безопасность жизнедеятельности*», «*Правовые основы адаптивной физической культуры*».

Дисциплина «*Социальная защита инвалидов*» предшествует и необходима для изучения таких дисциплин, как «*Комплексная реабилитация больных и инвалидов*», «*Общая патология и тератология*», «*Частная патология*», «*Теория и организация адаптивной физической культуры*», «*Врачебный контроль в адаптивной физической культуре*», «*Специальная психология*» относящихся к дисциплинам обязательной части учебного плана, а так же дисциплин «*Теоретико-методические основы физической реабилитации*», «*Физическая реабилитация в ортопедии*», «*Физическая реабилитация в травматологии*», «*Физическая реабилитация в кардиологии*», «*Физическая реабилитация в детском возрасте*», «*Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций*», относящихся к части, формируемой участниками образовательных отношений.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное обучение)
1	2	3	4	5
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	4	4	
	УК-7.1. Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности			
	УК-7.2. Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря;			
	УК-7.3. Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников;			
	УК-7.4. Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта;			
	УК-7.5. Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.			
	УК-7.6. Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; выполнения контрольных нормативов			
	УК-7.7. Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;			
	УК-7.8. Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.			
	УК-7.9. Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности;			
	УК-7.10. Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне			
ПК-3	Способен обучать инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и предупреждению травматизма на занятиях по программам адаптивного физического воспитания	4	4	

	<p>ПК-3.1. Знает: - требования обеспечения безопасности жизни и здоровья инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - требования охраны труда при проведении досуговых мероприятий в организации, осуществляющей образовательную деятельность, и вне ее (на выездных мероприятиях); - первые признаки утомления инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных мероприятий с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, правила оказания первой помощи инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья; - правила использования специализированного спортивного оборудования тренажеров, устройств и вспомогательных средств для занятий адаптивной физической культурой, технических средств реабилитации инвалидов; - назначение и особенности использования технических средств реабилитации инвалидов. - правила техники безопасности при проведении занятий и мероприятий по адаптивной физической культуре, правила оказания первой помощи инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья</p>			
	<p>ПК-3.2. Умеет: - проводить инструктаж по технике безопасности с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, вести журнал инструктажа; - разъяснять инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, правила техники безопасности при выполнении упражнений, участии в спортивной (подвижной) игре, использования спортивного инвентаря, технических средств реабилитации; - выявить угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов для инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять алгоритмы действий для устранения или снижения опасности последних; - выявлять неисправности специализированного спортивного оборудования, объектов и инвентаря.</p>			
	<p>ПК-3.3. Имеет опыт: - регулирования проведения обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды; - планирования и проведения досуговых мероприятий; - контроль за состоянием мест проведения занятий и мероприятий по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с инвалидами, лицами с</p>			



ограниченными возможностями здоровья в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями; - обучение инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья безопасному использованию спортивного оборудования, тренажеров, устройств и вспомогательных средств; - обучение инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья выполнению упражнений в самостраховке, страховке, оказание помощи при выполнении различных упражнений и технических действий			
--	--	--	--

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **3 зачетные единицы, 108 академических часа.**

**Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Раздел 1. Структура и содержание адаптивного спорта</b>	4	8	16	20		
2	Тема 1.1. Адаптивный спорт в системе реабилитации различных категорий инвалидов	4	2	4	5		
3	Тема 1.2. Паралимпийское движение	4	2	4	5		
4	Тема 1.3 Программа «Special Olympics»	4	2	4	5		
5	Тема 1.4. Сурдлимпийская программа	4	2	4	5		
6	<b>Раздел 2. Организация тренировочного процесса в адаптивном спорте.</b>	4	4	8	10		
	Тема 2.1. Методика организации тренировочного процесса в адаптивном спорте.	4	2	4	5		
	Тема 2.2. Медико-биологическое обеспечение адаптивного спорта	4	2	4	5		
	<b>Раздел 3. Организация соревнований в адаптивном спорте.</b>	4	4	8	12		
	Тема 3.1. Организация соревнований по программе «Special Olympics»	4	2	4	5		

	Тема 3.2. Организация соревнований по Паралимпийской программе	4	2	4	7		
<b>Итого часов: 108 часов</b>			<b>16</b>	<b>36</b>	<b>47</b>		<b>Экзамен 9 час.</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа		
1	<b>Раздел 1. Структура и содержание адаптивного спорта</b>	4	6		39		
2	Тема 1.1. Адаптивный спорт в системе реабилитации различных категорий инвалидов	4			9		
3	Тема 1.2. Паралимпийское движение	4	2		10		
4	Тема 1.3 Программа «Special Olympics»	4	2		10		
5	Тема 1.4. Сурдлимпийская программа	4	2		10		
6	<b>Раздел 2. Организация тренировочного процесса в адаптивном спорте.</b>	4	2		24		
7	Тема 2.1. Методика организации тренировочного процесса в адаптивном спорте.	4	2		12		
8	Тема 2.2. Медико-биологическое обеспечение адаптивного спорта	4			12		
9	<b>Раздел 3. Организация соревнований в адаптивном спорте.</b>	4	4		24		
10	Тема 3.1. Организация соревнований по программе «SpecialOlympics»	4	2		12		

11	Тема 3.2. Организация соревнований по Паралимпийской программе	4	2		12		
Итого часов: 108			10		89	9	экзамен

## 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложение к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Примерный перечень вопросов к экзамену:**

1. Понятие адаптивного спорта.
2. Место адаптивного спорта в системе реабилитации.
3. Цели и задачи спортивного движения инвалидов.
4. Степень интенсивности нагрузки в занятиях адаптивным спортом.
5. Понятие тренировочного эффекта.
6. Двигательные режимы в адаптивном спорте.
7. Показания и противопоказания к занятиям спортом инвалидов.
8. Задачи и функции медицинской комиссии.
9. Оценка двигательных возможностей инвалида с ПОДА.
10. Оценка состояния мышечной системы по ММТ.
11. Организация и структура паралимпийского движения.
12. Паралимпийский комитет России. Структуры и функции.
13. Спортивный клуб инвалидов.
14. Виды спорта, культивируемые среди инвалидов с ПОДА.
15. Виды спорта, культивируемые среди инвалидов с нарушениями зрения.
16. Виды спорта, культивируемые среди инвалидов с нарушениями слуха.
17. Правила отбора и комплектования команд.
18. Правила соревнований в паралимпийской программе.
19. Организация Паралимпийских игр. Церемония открытия.
20. Организация Паралимпийских игр. Церемония закрытия.
21. Программа «Инос».
22. Спортивная классификация для инвалидов.
23. Судейство в паралимпийской программе.
24. Программа «Special Olympics». Цели, задачи, философия и принципы.
25. Организация тренерской работы в спортивной сборной команде.

26. Принципы и методы отбора спортсменов. Возрастная классификация.
27. Программа «Юнифайд спорт».
28. Программа «Моторная активность».
29. Общность и различия программы «Special Olympics» и паралимпийской программы.
30. Нормативные основы адаптивного спорта.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### а) Основная литература:

1. Брискин Ю.А., С.П. Евсеев, А.В. Передерий. Адаптивный спорт: Учеб. Пособие. - М.: Советский спорт, 2010. - 243 с.
2. Рубцова Н.О., Щербинина Ю.Л. Психолого-педагогические аспекты работы тренера в адаптивном спорте. М.: РГУФКСИТ, 2008. – 74 с.
3. Рубцова Н.О., Щербинина Ю.Л. Медицинское обеспечение в адаптивном спорте. Часть 1. М.: РГУФКСИТ, 2009, - 87 с.
4. Рубцова Н.О., Щербинина Ю.Л. Медицинское обеспечение в адаптивном спорте. Часть 2. М.: РГУФКСИТ, 2009, - 92 с.
5. Официальные спортивные правила Специального Олимпийского движения: Учебно-методическое пособие/ Рубцова Н.О., Ильин В.А., Ольховая Т.И. – М., 2005. 296 с.

### б) Дополнительная литература:

1. Рубцова Н.О. Адаптивно-спортивное движение как фактор социальной адаптации инвалидов различных категорий //Теория и практика физической культуры, 1998. - № 5. – С.44-46.
2. Жиленкова В.П. Основные цели и принципы адаптивного спорта инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата //Материалы объединенной конференции «Адаптивная физическая культура в медицинской реабилитации и социализации инвалидов» и «Физическая культура и спорт среди инвалидов». - СПб., 2001. - С. 12.
3. Классификационный Кодекс и Международные стандарты / авт.- сост. П. А. Рожков, Н. А. Сладкова, Б. А. Поляев, И. Т. Выходец; пер. с англ. М.М.Башкирова; Паралимпийский комитет России, Российская ассоциация по спортивной медицине и реабилитации больных и инвалидов. - М.: РАСМИРБИ, 2008. - 60 с.
4. Рубцова Н.О., Ильин В.А. Методика адаптивного физического воспитания детей с нарушениями интеллектуального развития (легкая атлетика): Учебно-методическое пособие.- М., 2004. – 152 с.
5. Рубцов, А.В. Адаптивный спорт : учеб. пособие / А.В. Рубцов .— Москва : Советский спорт, 2022 .— 181с. <https://lib.rucont.ru/efd/798586>
6. Брискин, Ю.А. Адаптивный спорт / С.П. Евсеев, А.В. Передерий; Ю.А. Брискин .— Москва : Советский спорт, 2010 .— 159 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/efd/187913>

### в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>

### г) Перечень информационных технологий, используемых при

осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

*1. программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система – Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

*2. современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

1. Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
2. Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>
3. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования

<https://fgosvo.ru/>

4. Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>

5. Реестр профстандартов Минтруда РФ <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>

6. Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>

7. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>

8. Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>

9. Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>

10. Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>

11. Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>

12. Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>

13. Координационные советы по областям образования

<https://fgosvo.ru/ksumo/index>

14. Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА <http://rusada.ru/>

15. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. <http://elibrary.ru/defaultx.asp>

16. Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий

- a. <https://www.minsport.gov.ru/activity/government-regulation/edinyj-kalendarnyj-plan/>

17. Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>

18. Государственная информационная система «Спорт» <https://sportrf.gov.ru/>

19. Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>
20. Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
21. Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
22. Адаптивная физическая культура <https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Адаптивный спорт» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 2 курса, направления подготовки 49.03.02 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) «Адаптивное физическое воспитание» очной и заочной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики адаптивной физической культуры.*

Сроки изучения дисциплины (модуля): *4 семестр (очная форма), 4 семестр (заочная форма).*

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Для студентов очной формы обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Коллоквиум по теме «Структура и содержание адаптивного спорта»	23 неделя	10*
2	Выступление на тему «Педагогический контроль в адаптивном спорте»	28 неделя	10*
3	Написание реферата по теме «Организация тренировочного процесса в адаптивном спорте»	31 неделя	20*
4	Презентация о теме «Специальное Олимпийское движение»		10*
5	Посещение занятий	В течение семестра	2 балла x 1 занятие = 20 баллов
	Экзамен по дисциплине		30*
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля	Максимальное
---	------------------------	--------------

		<b>кол-во баллов</b>
1	Контрольная работа по разделу(модулю) «Структура и содержание адаптивного спорта»	10
2	Контрольная работа по разделу(модулю) «Педагогический контроль в адаптивном спорте»	10
3	Написание реферата по теме «Организация тренировочного процесса в адаптивном спорте»	20
4	Презентация о теме «Специальное Олимпийское движение»	10

### Для студентов заочной формы обучения

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля</b>	<b>Максим. кол-во баллов</b>
1	Тестирование «Структура и содержание адаптивного спорта»	20
2	Контрольная работа по разделу(модулю) «Педагогический контроль в адаптивном спорте»	20
3	Контрольная работа по разделу(модулю) «Специальное Олимпийское движение»	15
4	Реферат «Организация тренировочного процесса в адаптивном спорте»	25
5	Сдача зачета	20
<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A



**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего  
контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**АННОТАЦИЯ**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.12 Адаптивный спорт»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 3 зачетные единицы.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 4 семестр - на очной форме обучения, 4 семестр – на заочной форме обучения.

3. **Цель освоения дисциплины (модуля) «Адаптивный спорт»:** являются: формирование навыков будущих специалистов по работе с программами адаптивного спорта для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и освоение технологии построения тренировочного процесса в адаптивном спорте.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное обучение)
1	2	3	4	5
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	4	4	
ПК-3	Способен обучать инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и предупреждению травматизма на занятиях по программам адаптивного физического воспитания	4	4	

5. **Краткое содержание дисциплины (модуля):**

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Структура и содержание адаптивного спорта</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>16</b>	<b>20</b>		
<b>2</b>	Тема 1.1. Адаптивный спорт в системе реабилитации различных категорий инвалидов	4	2	4	5		
<b>3</b>	Тема 1.2. Паралимпийское движение	4	2	4	5		
<b>4</b>	Тема 1.3 Программа «Special Olympics»	4	2	4	5		
<b>5</b>	Тема 1.4. Сурдлимпийская программа	4	2	4	5		
<b>6</b>	<b>Раздел 2. Организация тренировочного процесса в адаптивном спорте.</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>10</b>		
	Тема 2.1. Методика организации тренировочного процесса в адаптивном спорте.	4	2	4	5		
	Тема 2.2. Медико-биологическое обеспечение адаптивного спорта	4	2	4	5		
	<b>Раздел 3. Организация соревнований в адаптивном спорте.</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>12</b>		
	Тема 3.1. Организация соревнований по программе «Special Olympics»	4	2	4	5		
	Тема 3.2. Организация соревнований по Паралимпийской программе	4	2	4	7		
<b>Итого часов: 108 часов</b>			<b>16</b>	<b>36</b>	<b>47</b>		<b>Экзамен 9 час.</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа		
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Структура и содержание адаптивного спорта</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		<b>39</b>		
<b>2</b>	Тема 1.1. Адаптивный спорт в системе реабилитации различных категорий инвалидов	<b>4</b>			<b>9</b>		

3	Тема 1.2. Паралимпийское движение	4	2		10		
4	Тема 1.3 Программа «Special Olympics»	4	2		10		
5	Тема 1.4. Сурдлимпийская программа	4	2		10		
6	<b>Раздел 2. Организация тренировочного процесса в адаптивном спорте.</b>	4	2		24		
7	Тема 2.1. Методика организации тренировочного процесса в адаптивном спорте.	4	2		12		
8	Тема 2.2. Медико-биологическое обеспечение адаптивного спорта	4			12		
9	<b>Раздел 3. Организация соревнований в адаптивном спорте.</b>	4	4		24		
10	Тема 3.1. Организация соревнований по программе «SpecialOlympics»	4	2		12		
11	Тема 3.2. Организация соревнований по Паралимпийской программе	4	2		12		
<b>Итого часов: 108</b>			<b>10</b>		<b>89</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра теории и методик адаптивной физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.13 «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с  
нарушениями психического развития»**

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивной физической культуры  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Составители:

Рубцова Наталия Олеговна – кандидат педагогических наук, профессор,  
заведующая кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры  
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ».

Рецензент:

**Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 6 зачетных единиц, 216 академических часов.**

**1. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 5 (очная), 10 (заочная)**

**2. Цель освоения дисциплины (модуля):**

**Целями освоения дисциплины (модуля) профессионального цикла базовой части «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития»» является:** формирование профессиональных навыков специалиста по адаптивному физическому воспитанию в работе с лицами с нарушениями психического развития; расширение профессионального мировоззрения о роли и месте АФВ в системе реабилитации и социальной интеграции лиц с нарушениями психического развития.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):** по результатам освоения дисциплины «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития» обучающиеся должны:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-4	Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний	5		10
ПК-4.1	Знает: - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и	5		10



	методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.			
ПК-4.2	<p>Умеет: - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.</p>	5		10
ПК-4.3	<p>Имеет опыт: - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов;</p> <p>- разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения.</p> <p>- регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.</p>	5		10

#### **4. Краткое содержание дисциплины (модуля):**

##### **Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа		
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Введение в адаптивное физическое воспитание лиц с нарушениями психического развития.</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>14</b>	<b>40</b>		
<b>2</b>	Тема 1.1. Классификация нарушений психического развития (дифференциация психического дизонтогенеза)	<b>5</b>	4	6	16		
<b>3</b>	Тема 1.2. Клинико-педагогические особенности лиц с нарушениями психического развития	<b>5</b>	4	8	24		
<b>4</b>	<b>Раздел 2. Организация адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития</b>	<b>5</b>	<b>18</b>	<b>50</b>	<b>77</b>		
<b>5</b>	Тема 2. 1. Структура и содержание адаптивного физического воспитания лиц, имеющих отклонения в психическом развитии	<b>5</b>	2	8	15		
<b>6</b>	Тема 2. 2. Обучение двигательным действиям и формирование двигательных навыков у лиц с нарушениями психического развития.	<b>5</b>	4	8	14		
<b>7</b>	Тема 2. 3. Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития	<b>5</b>	4	8	12		<b>Курсовая работа</b>
<b>8</b>	Тема 2.4. Организация физкультурно-спортивной подготовки в учреждениях физкультурно-спортивной направленности для лиц с	<b>5</b>	2	8	12		

	нарушениями психического развития						
<b>9</b>	Тема 2.5. Организация физкультурно-массовой работы с лицами с нарушениями психического развития	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>12</b>		
<b>10</b>	Тема 2.6. Медико-биологическое обеспечение адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>12</b>		
<b>Итого часов:</b>			<b>26</b>	<b>64</b>	<b>117</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Курс	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	
<b>1</b>	Раздел 1. Введение в адаптивное физическое воспитание лиц с нарушениями психического развития.	<b>5</b>	<b>8</b>		<b>40</b>	
<b>2</b>	Тема 1.1. Классификация нарушений психического развития (дифференциация психического дизонтогенеза)	<b>5</b>	<b>4</b>		<b>20</b>	
<b>3</b>	Тема 1.2. Клинико-педагогические особенности лиц с нарушениями психического развития	<b>5</b>	<b>4</b>		<b>20</b>	
<b>4</b>	Раздел 2. Организация адаптивного физического	<b>5</b>	<b>16</b>		<b>143</b>	

	воспитания лиц с нарушениями психического развития						
<b>5</b>	Тема 2. 1. Структура и содержание адаптивного физического воспитания лиц, имеющих отклонения в психическом развитии	<b>5</b>	<b>4</b>		<b>26</b>		
<b>6</b>	Тема 2. 2. Обучение двигательным действиям и формирование двигательных навыков у лиц с нарушениями психического развития.	<b>5</b>	<b>4</b>		<b>26</b>		
<b>7</b>	Тема 2. 3. Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития	<b>5</b>	<b>4</b>		<b>26</b>		<b>Курсовая работа</b>
<b>8</b>	Тема 2.4. Организация физкультурно-спортивной подготовки в учреждениях физкультурно-спортивной направленности для лиц с нарушениями психического развития	<b>5</b>	<b>2</b>		<b>22</b>		
<b>9</b>	Тема 2.5. Организация физкультурно-массовой работы с лицами с нарушениями психического развития	<b>5</b>	<b>2</b>		<b>22</b>		
<b>10</b>	Тема 2.6. Медико-биологическое обеспечение адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития	<b>5</b>	<b>2</b>		<b>21</b>		
<b>Итого часов:</b>			<b>24</b>		<b>183</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

**5.1.** Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «**Технологии адаптивного физического**

**воспитания лиц с нарушениями психического развития»» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).**

**5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю). Темы рефератов, мультимедийных презентаций и контрольных работ**

1. Особенности развития детей с умственной отсталостью.
2. Особенности развития детей с ЗПР.
3. Особенности развития детей с аутизмом.
4. Организация Адаптивного физического воспитания в СКОШ 8 вида.
5. Физкультурно-оздоровительная работа в СКОШ 8 вида.
6. Адаптивное физическое воспитание в специализированных учреждениях для детей с аутизмом.
7. Физкультурно-оздоровительная работа в специализированных учреждениях для детей с аутизмом.
8. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми с синдромом Дауна.
9. Методика АФВ для детей с нарушениями интеллекта по интегративной программе.
10. Комплексная программа физкультурно-оздоровительной мероприятий для младших школьников с ЗПР.
11. Программа коррекции крупной моторики у детей с аутизмом средствами АФК.
12. Коррекция психофизических отклонений у детей с ЗПР.
13. Коррекция дефектов психомоторики у детей с нарушением психического развития средствами АФВ.
14. Коррекция особенностей физического развития и двигательной сферы у детей с аутизмом средствами АФВ.
15. Коррекция психомоторных отклонений у детей с синдромом Дауна.

**Примерный перечень вопросов к экзамену по курсу дисциплины «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития»**

1. Особенности проведения урока АФК в специальной (коррекционной) школе для детей с умственной отсталостью.
2. Особенности проведения урока АФК в специальной (коррекционной) школе для детей с синдромом Дауна.
3. Особенности проведения урока АФК в специальной (коррекционной) школе для детей с аутизмом.
4. Особенности организации внеурочных форм занятий АФВ с психическими нарушениями.
5. Особенности методики проведения учебно-тренировочных занятий по Специальной Олимпийской программе по летним видам спорта.

6. Особенности методики проведения учебно-тренировочных занятий по Специальной Олимпийской программе по зимним видам спорта.
7. Особенности методики проведения учебно-тренировочных занятий по Специальной Олимпийской программе по игровым видам спорта.
8. Цели, задачи и принципы физкультурно-спортивной подготовки лиц с нарушениями психического развития.
9. Структура и содержание физкультурно-спортивной подготовки лиц с нарушениями психического развития.
10. Средства, методы и формы организации физкультурно-спортивной подготовки лиц с нарушениями психического развития.
11. Методика обучения лиц с нарушениями психического развития двигательным действиям и формирование спортивных двигательных навыков.
12. Структура и содержание учебно-тренировочного занятия.
13. Методика становления спортивной техники у лиц с нарушениями психического развития.
14. Методика воспитания волевых качеств у лиц с нарушениями психического развития. Содержание и технология проведения медико-педагогического обследования лиц с нарушениями психического развития.
15. Клинико-этиологические особенности лиц с олигофренией
16. Клинико-этиологические особенности лиц, страдающих аутизмом .
17. Клинико-этиологические особенности лиц с задержкой психического развития..
18. Клинико-этиологические особенности лиц с Даун-синдромом..
19. Психолого-педагогические особенности лиц с нарушениями психического развития.
20. Методика АФВ лиц с нарушениями психического развития. Основные средства, дозировка нагрузки.
21. Формирование навыков самообслуживания у лиц с нарушениями психического развития средствами АФК..
22. Методика АФВ лиц с олигофренией.
23. Методика АФВ для лиц с аутизмом.
24. Методика АФВ для лиц с Даун-синдромом.
25. Особенности организации индивидуальных и групповых занятий АФВ для лиц с нарушениями психического развития
26. Материально-техническое обеспечение АФВ для лиц с нарушениями психического развития.
27. Особенности использования игрового и соревновательного метода в АФВ лиц с нарушениями психического развития
28. Педагогические методы в АФВ лиц с нарушениями психического развития. Метод «направляющей помощи» и метод «проведения по движению».
29. Медико-биологическое обеспечение занятий АФВ для лиц с нарушениями психического развития.

30. Спортивно медицинская классификация в Специальном Олимпийском движении.

### **Контрольные вопросы для самопроверки знаний**

1. Психолого-педагогический статус лиц с нарушениями психического развития
2. Этика общения с лицами, имеющими нарушения психического развития
3. Основные закономерности индивидуальной адаптации лиц с нарушениями психического развития.
4. Адаптационные реакции поврежденного организма у лиц с нарушениями психического развития.
5. Особенности методики проведения учебно-тренировочных занятий в детско-юношеской адаптивной спортивной школе для лиц с нарушениями психического развития.
6. Организация работы в физкультурно-спортивном клубе инвалидов .
7. Разработка положения о Спартакиаде инвалидов с нарушениями психического развития.
8. Организация и структура Специального Олимпийского движения.
9. Нетрадиционные средства восстановления общей работоспособности лиц с нарушениями психического развития.
10. Причины возникновения состояния внезапной смерти на занятиях АФВ лиц с нарушениями психического развития..
11. Восстановление спортивной работоспособности после травм у лиц с нарушениями психического развития.
12. Организация образовательного физкультурно-спортивного процесса в ДАСШ для инвалидов с нарушениями психического развития.
13. Содержание деятельности отделений по адаптивному спорту при учреждениях дополнительного образования спортивной направленности для инвалидов с нарушениями психического развития..
14. Документы, регламентирующие организацию учебно-тренировочного процесса.
15. Содержание и методика проведения спортивно-адаптивной тренировки по программе базового спорта.
16. Индивидуальная образовательная программа модификации и приспособления.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

**а) Основная литература:**

1. Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учебн. пособие.- М.: Советский спорт, 2000.- 240 с.
2. Рубцова Н.О., Щербинина Ю.Л., Рубцов А.В. Профилактика травматизма и реабилитация в адаптивном спорте. М.: РГУФКСиТ, 2009, - 152 с.
3. Рубцова Н.О., Технологии спортивной подготовки в Специальном Олимпийском движении. М.: РГУФКСиТ, 2015, - 205 с
4. Официальные спортивные правила Специального Олимпийского движения: Учебно-методическое пособие/ Рубцова Н.О., Ильин В.А., Ольховая Т.И. – М., 2005. 296 с.
5. Рубцова Н.О., Ильин В.А. Методика адаптивного физического воспитания детей с нарушениями интеллектуального развития (легкая атлетика): Учебно-методическое пособие.- М., 2004. – 152 с
- Частные методики адаптивной физической культуры: учеб. пособие / под ред. Л. В.Шапковой.- М.: Советский спорт. 2007.- 423с.
5. Шапкова Л.В. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии. – М.: Советский спорт, 2002. – 212 с.

#### **б) Дополнительная литература:**

1. Рубцова Н. О. Комплексная реабилитация детей-инвалидов в системе образования Российской Федерации»: НИР в рамках федеральной целевой программы «Дети России», подпрограммы «Дети-инвалиды» Н. О. Рубцова, В. Н. Латчик, С. Н. Фалько. – М.: АПК и ППРО, 2005. – 204 с.
2. Социальная адаптация и комплексная реабилитация инвалидов средствами физической культуры и спорта: Сборник материалов Международной научно-практической конференции (Москва, 19-20 мая 1998г.). - М., 1998. – 111с.
3. Шапкова Л.В. Средства адаптивной физической культуры. Методические рекомендации по физкультурно-оздоровительным и развивающим занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии. – М.: Советский спорт, 2001. – 152
4. Шапкова Л.В. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии. – М.: Советский спорт, 2002. – 212 с.
5. Литош, Н. Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии. Психолого-педагогическое сопровождение : учебное пособие для вузов / Н. Л. Литош. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 156 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/518905>
6. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / ред. С.П. Евсеев; О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев .— Москва : Спорт, 2016 .— 385 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/efd/641336>



в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

○ ЭБС ЮРАЙТ <https://urait.ru/library/uchebniki-dlya-vuzov/po-ugs/49-00-00-fizicheskaya-kultura-i-sport/49-03-02-fizicheskaya-kultura-dlya-lic-s-otkloneniymi-v-sostoyanii-zdorovya-adaptivnaya-fizicheskaya-kultura>

○ ЭБС РУКОНТ <https://lib.rucont.ru/>

○ Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>

○ Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования

<https://fgosvo.ru/>

○ Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>

○ Реестр профстандартов Минтруда РФ <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>

○ Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>

○ Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>

○ Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>

- Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabcdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>
- Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>
- Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
- Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
- Координационные советы по областям образования <https://fgosvo.ru/ksumo/index>
- Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА <http://rusada.ru/>
- Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
- Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий

<https://www.minsport.gov.ru/activity/government-regulation/edinyj-kalendarnyj-plan/>

- Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>
- Государственная информационная система «Спорт» <https://sportrf.gov.ru/>
- Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>
- Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
- Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
- Адаптивная физическая культура <https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Для успешного формирования знаний по курсу «*Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития*» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая персональный компьютер, проектор, экран, ученическую доску, комплекты аудиторной мебели.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития» для обучающихся института ИТРРиФ, 3 и 5 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»**

**направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание**

**очная, заочная форма (м) обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 семестр (очная форма), 10 семестр (заочная форма), Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Выступление на семинаре «Клинико-этиологические особенности инвалидов с нарушения психического развития»</i>	<i>3 неделя</i>	<i>10*</i>
2	<i>Выступление на семинаре «Содержание АФВ различных категорий лиц с нарушениями психического развития»</i>	<i>12 неделя</i>	<i>10*</i>
3	<i>Написание реферата по теме «Технология АФВ лиц с нарушениями психического развития»</i>	<i>16 неделя</i>	<i>20*</i>
4	<i>Презентация по теме «Организация массовых мероприятий для инвалидов»</i>	<i>18 неделя</i>	<i>10*</i>
5	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>2 балла x 1 занятие = 20 баллов</i>
	<b><i>Экзамен по дисциплине</i></b>		<b><i>30*</i></b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*\*примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

***Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине***

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Клинико-этиологические особенности инвалидов с нарушения психического развития»</i>	<i>10</i>
2	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Содержание АФВ различных категорий лиц с нарушениями психического развития»</i>	<i>10</i>

3	Написание реферата по теме «Технология АФВ лиц с нарушениями психического развития»	15
4	Презентация по теме «Организация массовых мероприятий для инвалидов»	10

### Для студентов заочной формы обучения

№	Виды текущего контроля	Максим. кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу(модулю) «Клинико-этиологические особенности инвалидов с нарушения психического развития»	20
2	Контрольная работа по разделу(модулю) «Содержание АФВ различных категорий лиц с нарушениями психического развития»	20
3	Контрольная работа «Особенности занятий неурочными формами АФВ для детей с нарушениями психического развития»	15
4	Реферат «Технология АФВ лиц с нарушениями психического развития»	15
5	Сдача экзамена	30
<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**« Б1.В.13 «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития»**

Направление подготовки/специальность:  
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018г.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 6 зачетных единиц.

1. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 5 (очная), 10 (заочная)
2. Цель освоения дисциплины (модуля): является формирование профессиональных навыков специалиста по адаптивному физическому воспитанию в работе с лицами с нарушениями психического развития; расширение профессионального мировоззрения о роли и месте АФВ в системе реабилитации и социальной интеграции лиц с нарушениями психического развития.
3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю): по результатам освоения дисциплины «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития» обучающиеся должны:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-4	Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний	5		10
ПК-4.1	Знает: - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.	5		10
ПК-4.2	Умеет: - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии	5		10

	здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.			
ПК-4.3	Имеет опыт: - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов; - разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.	5		10

#### 4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

##### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Введение в адаптивное физическое воспитание лиц с нарушениями психического развития.	5	8	14	40		
2	Тема 1.1. Классификация нарушений психического развития (дифференциация	5	4	6	16		



	психического дизонтогенеза)						
<b>3</b>	Тема 1.2. Клинико-педагогические особенности лиц с нарушениями психического развития	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>24</b>		
<b>4</b>	<b>Раздел 2. Организация адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития</b>	<b>5</b>	<b>18</b>	<b>50</b>	<b>77</b>		
<b>5</b>	Тема 2. 1. Структура и содержание адаптивного физического воспитания лиц, имеющих отклонения в психическом развитии	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>15</b>		
<b>6</b>	Тема 2. 2. Обучение двигательным действиям и формирование двигательных навыков у лиц с нарушениями психического развития.	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>14</b>		
<b>7</b>	Тема 2. 3. Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>12</b>		<b>Курсовая работа</b>
<b>8</b>	Тема 2.4. Организация физкультурно-спортивной подготовки в учреждениях физкультурно-спортивной направленности для лиц с нарушениями психического развития	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>12</b>		
<b>9</b>	Тема 2.5. Организация физкультурно-массовой работы с лицами с нарушениями психического развития	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>12</b>		
<b>10</b>	Тема 2.6. Медико-биологическое обеспечение адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>12</b>		
<b>Итого часов:</b>			<b>26</b>	<b>64</b>	<b>117</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

## Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Курс	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	
1	Раздел 1. Введение в адаптивное физическое воспитание лиц с нарушениями психического развития.	5	8		40	
2	Тема 1.1. Классификация нарушений психического развития (дифференциация психического дизонтогенеза)	5	4		20	
3	Тема 1.2. Клинико-педагогические особенности лиц с нарушениями психического развития	5	4		20	
4	Раздел 2. Организация адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития	5	16		143	
5	Тема 2. 1. Структура и содержание адаптивного физического воспитания лиц, имеющих отклонения в психическом развитии	5	4		26	
6	Тема 2. 2. Обучение двигательным действиям и формирование двигательных навыков у лиц с нарушениями психического развития.	5	4		26	
7	Тема 2. 3. Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития	5	4		26	Курсовая работа

<b>8</b>	Тема 2.4. Организация физкультурно-спортивной подготовки в учреждениях физкультурно-спортивной направленности для лиц с нарушениями психического развития	<b>5</b>	<b>2</b>		<b>22</b>		
<b>9</b>	Тема 2.5. Организация физкультурно-массовой работы с лицами с нарушениями психического развития	<b>5</b>	<b>2</b>		<b>22</b>		
<b>10</b>	Тема 2.6. Медико-биологическое обеспечение адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития	<b>5</b>	<b>2</b>		<b>21</b>		
<b>Итого часов:</b>			<b>24</b>		<b>183</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра Теории и методики адаптивной физической культуры**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.14 Физиологические механизмы компенсации нарушенных  
функций»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»  
(код и наименование)

профили:

Адаптивное физическое воспитание  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*  
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Составители: Махалин Аду Васильевич – к.б.н., доцент каф. ТиМ АФК;  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

**1. Цель освоения дисциплины «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций».** Целью данного курса является глубокое понимание компенсаторных процессов, происходящих в организме в процессе нормальной жизнедеятельности или в условиях ее нарушения

**2 Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП).** Курс «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций» относится к вариативной части обязательных дисциплин. Изучению курса «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций» должно, по возможности, предшествовать изучение специальных дисциплин, в которых студентов знакомят с общими положениями строения анатомии человека, основными физиологическими механизмами протекающими в организме, которая сформировалась и продолжает развиваться на стыке различных областей знания.

Знания, полученные в результате освоения этих дисциплин, позволят будущим специалистам – ориентироваться в вопросах биологии человека и использовать тренировочные нагрузки таким образом, чтобы они не приводили к патологическим изменениям жизненно важных систем организма. Данный курс реализуется на русском языке.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК - 4	Знает: - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; -			

<p>особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.</p>	5	5
<p>Умеет: - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.</p>	5	5
<p>Владеет: - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на по развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов;</p> <p>- разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.</p>	5	5

4 Структура и содержание дисциплины «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций» составляет 3 зачетных единиц, 108 академических часов для очной и заочной формы обучения.

## Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основные понятия и определения	5	2	2			
2	Основные стадии компенсаторных процессов	5	2	2	8		
3	Формирование срочных и долговременных компенсаторных процессов.	5	2	4	10		
4	Роль синдрома стресса в механизме компенсаторных процессов	5		4	10		
5	Компенсация нарушений функции в нервной системе	5	2	4	10		
6	<b>Способы компенсации нарушений функций структур нервной системы</b>	5	4	4	10		
7	Изменение компенсаторных процессов в пожилом и старческом возрасте	5		4	10		
8	Компенсаторная гипертрофия сердца	5		4	10		
<b>Итого часов:</b>			<b>12</b>	<b>28</b>	<b>68</b>		<b>Зачет</b>

## Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Курс	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основные понятия и определения	3			12		
2	Основные стадии компенсаторных процессов	3	2		12		
3	Формирование срочных и	3		2	12		



	долговременных компенсаторных процессов.						
4	Роль синдрома стресса в механизме компенсаторных процессов	3		2	12		
5	Компенсация нарушений функции в нервной системе	3		2	12		
6	<b>Способы компенсации нарушений функций структур нервной системы</b>	3		2	12		
7	Изменение компенсаторных процессов в пожилом и старческом возрасте	3			12		
8	Компенсаторная гипертрофия сердца	3			14		
<b>Итого часов:</b>			<b>2</b>	<b>8</b>	<b>98</b>		<b>Зачет</b>

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций»**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Примерный перечень вопросов для зачета по курсу**

«Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций»:

1. Общая характеристика компенсаторных процессов. Их отличие от адаптационных реакций организма.

2. Уровни реализации компенсаторных процессов (клеточный, органнй, системный, межсистемный).

3. Этапы компенсаторных процессов (примеры).

4. Влияние скорости развития повреждения на компенсаторные процессы.

5. Формирование срочных компенсаторных процессов.

6. Теория функциональных системы П.К. Анохина. Структура функциональной системы.

7. Компенсаторные процессы с позиции функциональной системы (по П.К. Анохину).

8. Принципы формирования функциональной системы компенсирующей функциональный дефект.

9. Формирование долговременных компенсаторных процессов. Взаимосвязь между функцией и генетическим аппаратом клетки.

10. Формирование долговременных компенсаторных процессов. Механизмы энергетического обеспечения компенсации.

11. Значение генетического аппарата клетки в механизмах саморегуляции.

12. Внутриклеточное звено компенсации нарушенных функций.

13. Роль синдрома стресса в механизме компенсаторных процессов.

14. Общий механизм компенсаторного процесса с позиций адаптационного процесса.

15. Основные стадии компенсаторных процессов. Характеристика стадии срочной компенсации и переходной стадии от срочной компенсации к долговременной.

16. Основные стадии компенсаторных процессов. Характеристика стадии устойчивой долговременной компенсации и стадии функциональной недостаточности.

17. Декомпенсация. Механизмы декомпенсации.

18. Общие закономерности компенсаторных процессов в ЦНС.

19. Характеристика свойств ЦНС, обеспечивающие механизмы компенсации нарушенных функций: полифункциональности, полисенсорности и полимодальности и др.

20. Ведущая роль коры в компенсации нарушенных функций. Три вида влияний коры больших полушарий на нижележащие отделы ЦНС при их компенсаторной перестройке.

21. Морфологические и функциональные изменения в нервной системе при компенсации нарушенных функций.

22. Биообратная связь в компенсации нарушенных функций нервной системы.

23. Роль коры головного мозга в компенсаторных процессах. Три вида влияния коры по Э. А. Асратяну.

24. Компенсаторная гипертрофия сердца при заболеваниях увеличивающих нагрузку на сердце.

25. Компенсаторная гипертрофия сердца при заболеваниях вызывающих повреждение самого миокарда.

26. Стадия декомпесации при недостаточности гипертрофированного сердца.

27. Изменение компенсаторных процессов в пожилом и старческом возрасте.

28. Понятие о гипертрофии и гиперплазии.

29. Характеристика процессов викаривания

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций».**

а) Основная литература:

1. Васенина, В.Г. Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам у лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учеб.-метод. пособие к автор. спецкурсу для студентов и бакалавров РГУФКСМиТ : специальности 032102.65 : специализации "Физ. реабилитация" : [рек. Эмс ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"] / В.Г. Васенина ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма". - М., 2014. - 76 с.

2. Солодков, А.С. Физиология человека : общ., спортив., возрастная : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 032100 : рек. УМО вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. - Изд. 4-е, испр. и доп. - М.: Сов. спорт, 2012. - 619 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. Денисенко, Ю.П. Физиологические механизмы адаптации организма спортсменов к экстремальным воздействиям / Ю.П. Денисенко, Ю.В. Высочин, Л.Г. Яценко // Теория и практика физ. культуры. - 2009. - № 11. - С. 27-32.

2. Москатова, А.К. Физиологические механизмы адаптации и развития тренированности : Лекция для студентов и слушателей ВШТ ГЦОЛИФК. - М.: Спортинформ, 1991. - 35 с.

3. Курдыбайло, С.Ф. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре : учеб. пособие / С.П. Евсеев, Г.В. Ге-ра-си-мо-ва; С.Ф. Курдыбайло .— Москва : Советский спорт, 2004 .— 184 с. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=747885>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.ngpedia.ru/id155301p1.html>

2. <http://diplomba.ru/work/108971>

4. <http://www.medical-enc.ru/physiology/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций» включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>

- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования
- <https://fgosvo.ru/>
- Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>
- Реестр профстандартов Минтруда РФ  
<https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>
- Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>
- Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
- Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>
- Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>
- Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
- Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
- Координационные советы по областям образования  
<https://fgosvo.ru/ksumo/index>
- Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА <http://rusada.ru/>
- Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru.  
<http://elibrary.ru/defaultx.asp>
- Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий
- <https://www.minsport.gov.ru/activity/government-regulation/edinyj-kalendarnyj-plan/>

- Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>
- Государственная информационная система «Спорт»  
<https://sportrf.gov.ru/>
- Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>
- Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных\_  
<https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
- Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
- Адаптивная физическая культура\_  
<https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>
- 

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций».**

В процессе обучения используются аудитории для проведения лекций и практических занятий, компьютерные технологии, мультимедиа, библиотека ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», Анатомический музей кафедры анатомии и биологической антропологии, кафедральная антропометрическая лаборатория.

В процессе реализации курса «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций» необходимо следующее оборудование:

1. компьютерный класс с подключением к сети интернет;
2. мультимедиа проектор.

*1) перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений:*

*Кабинеты: анатомии человека;*

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций» для обучающихся института Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»  
профилям Адаптивное физическое воспитание, формы (м) обучения очная и заочная

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Сроки изучения дисциплины: 5 семестр для очной формы обучения и 3 курс для заочной формы обучения.

Форма промежуточной аттестации: зачет для очной формы обучения

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Реферат по выбранной теме	5 неделя	10
2	Посещение занятий	В течение семестра	26
3	Выступление на семинаре «Основные стадии компенсаторных процессов»	5-6 неделя	6
4	Выступление на семинаре «Формирование срочных и долговременных компенсаторных процессов»	8-9 неделя	6
5	Выступление на семинаре «Компенсация нарушений функции в нервной системе»	12-13 неделя	6
6	Выступление на семинаре «Способы компенсации нарушений функций структур нервной системы»	15-16 неделя	6
7	Выступление на семинаре «Изменение компенсаторных процессов в пожилом и старческом возрасте»	20-21 неделя	6
8	Презентация по выбранной теме	24-25 неделя	14
	<b>зачёт</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Наличие конспекта лекции и занятий	5
3	Выступление на семинаре, который пропущен	10
4	Подготовка доклада по выбору студента, по теме которой он пропустил,	10
5	Написание реферата по пропущенной теме	5

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



*Институт Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса*

**Кафедра Физической реабилитации и оздоровительной физической  
культуры**

**АННОТАЦИЯ**

**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.14. Физиологические механизмы компенсации нарушенных  
функций»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»  
(код и наименование)

профили:

Адаптивное физическое воспитание  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*  
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2019 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины** составляет 3 зачетные единицы.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины:** 5 семестр для очной формы и 3 курс для заочной

**3. Цель освоения дисциплины:** Целью данного курса является глубокое понимание компенсаторных процессов, происходящих в организме в процессе нормальной жизнедеятельности или в условиях ее нарушения.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:** Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний (ПК-4).

**5. Краткое содержание дисциплины:**

**Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основные понятия и определения	5	2	2			
2	Основные стадии компенсаторных процессов	5	2	2	8		
3	Формирование срочных и долговременных компенсаторных процессов.	5	2	4	10		
4	Роль синдрома стресса в механизме компенсаторных процессов	5		4	10		
5	Компенсация нарушений функции в нервной системе	5	2	4	10		
6	<b>Способы компенсации нарушений функций структур нервной системы</b>	5	4	4	10		
7	Изменение компенсаторных процессов в пожилом и старческом возрасте	5		4	10		
8	Компенсаторная гипертрофия сердца	5		4	10		

<b>Итого часов:</b>	<b>12</b>	<b>28</b>	<b>68</b>		<b>зачет</b>
---------------------	-----------	-----------	-----------	--	--------------

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Курс	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	Основные понятия и определения	<b>3</b>			<b>12</b>		
<b>2</b>	Основные стадии компенсаторных процессов	<b>3</b>	<b>2</b>		12		
<b>3</b>	Формирование срочных и долговременных компенсаторных процессов.	<b>3</b>		2	12		
<b>4</b>	Роль синдрома стресса в механизме компенсаторных процессов	<b>3</b>		2	12		
<b>5</b>	Компенсация нарушений функции в нервной системе	<b>3</b>		2	12		
<b>6</b>	<b>Способы компенсации нарушений функций структур нервной системы</b>	<b>3</b>		<b>2</b>	<b>12</b>		
<b>7</b>	Изменение компенсаторных процессов в пожилом и старческом возрасте	<b>3</b>			12		
<b>8</b>	Компенсаторная гипертрофия сердца	<b>3</b>			14		
<b>Итого часов:</b>			<b>2</b>	<b>8</b>	<b>98</b>		<b>Зачет</b>

# МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта,  
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

### **«Б1.В.15 Сенсомоторная коррекция»**

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*  
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивной физической культуры  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Составители:

Рубцова Наталия Олеговна – кандидат педагогических наук, профессор,  
заведующая кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры  
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ».

Рецензент:

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

### 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целями освоения дисциплины (модуля) профессионального цикла базовой части «Сенсомоторная коррекция» являются: формирование представлений об эффективности метода сенсомоторной коррекции в формировании межмышечной координации при восстановлении и развитии двигательной функции у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

### 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-2	Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов	6		6
ПК-2.1	Знает: - законодательство по вопросам образования, опеки попечительства несовершеннолетних, дополнительных гарантиях, социальной поддержке детей- сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, социального обслуживания детей- инвалидов и другая нормативно-правовая документация в области оказания психологической, педагогической, реабилитационной помощи несовершеннолетним, законодательство в области защиты персональных данных; - педагогические закономерности организации образовательного процесса; - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой	6		6

	при различных нарушениях функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - состав испытаний, тестов для всех гендерных и возрастных групп, включая контрольные показатели испытаний, тестов и их нормативные значения.			
ПК-2.2	Умеет: - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; - планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений; - определять готовность реабилитанта к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации	6		6
ПК-2.3	Имеет опыт: - разработки плана проведения занятия по адаптивной физической культуре по программам адаптивного физического воспитания, индивидуального плана физической реабилитации инвалида; - разработки и утверждения графиков проведения тестирования с периодичностью, установленной нормативными правовыми актами; - составления рекомендаций инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях	6		6

## 2. Структура и содержание дисциплины (модуля)

### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарског о типа	Самостоятель ная работа	Контроль	
1	<b>Раздел 1.</b> Сенсомоторная коррекция как система оценки и коррекции функциональных ограничений	6	18	36	54		
2	<b>Тема 1.</b> Понятие метода динамической коррекции. Цели, задачи и средства динамической коррекции.	6	4	6	10		
3	<b>Тема 2.</b> Диагностические подходы к анализу нарушений и ограничений.	6	4	6	8		
4	<b>Тема 3.</b> Влияние меридианного баланса на характер нарушений межмышечной координации.	6	4	6	8		
5	<b>Тема 4.</b> Влияние питания и обменных процессов на характер нарушений межмышечной координации.	6	2	6	8		



<b>6</b>	<b>Тема 5.</b> Коррекция двигательных ограничений и ортопедических нарушений.	6	2	6	10		
<b>7</b>	<b>Тема 6.</b> Коррекция психо-эмоционального состояния.	6	2	6	10		
<b>Итого 108</b>			<b>18</b>	<b>36</b>	<b>54</b>		<b>Диф. зачёт</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Курс	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Раздел 1.</b> Сенсомоторная коррекция как система оценки и коррекции функциональных ограничений	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>12</b>		
<b>2</b>	<b>Тема 1.</b> Понятие метода динамической коррекции. Цели, задачи и средства динамической коррекции.	3	2	2	12		
<b>3</b>	<b>Тема 2.</b> Диагностические подходы к анализу нарушений и ограничений.	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>12</b>		

4	<b>Тема 3.</b> Влияние меридианного баланса на характер нарушений межмышечной координации.	3		4	12		
5	<b>Тема 4.</b> Влияние питания и обменных процессов на характер нарушений межмышечной координации.	3		4	10		
6	<b>Тема 5.</b> Коррекция двигательных ограничений и ортопедических нарушений.	3		4	12		
7	<b>Тема 6.</b> Коррекция психо-эмоционального состояния.	3		4	10		
<b>Итого 108</b>			<b>6</b>	<b>22</b>	<b>80</b>		<b>Диф. зачёт</b>

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «Сенсомоторная коррекция» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Темы рефератов и контрольных работ.**

1. Коррекция двигательных дефектов средствами динамической коррекции.
2. Программа коррекции мелкой моторики в динамической коррекции.
3. Формирование двигательных навыков при врожденных деформациях ОДА.
4. Оценка состояния мышечной системы по ММТ
5. Адаптационные реакции поврежденного организма.
6. Роль нервной системы в определении характера питания
7. Использование различных систем дыхательных упражнений в занятиях по динамической коррекции.
8. Тренажерные технологии в динамической коррекции.
9. Формы организации двигательной активности для лиц с функциональными двигательными ограничениями в системе динамической коррекции.
10. Особенности организации индивидуальных занятий по динамической коррекции у лиц с поражениями спинного мозга.
11. Особенности организации индивидуальных занятий по динамической коррекции у лиц с ДЦП.
12. Особенности организации индивидуальных занятий по динамической коррекции у лиц с функциональными профессиональными ограничениями.
13. Обеспечение безопасности на занятиях по динамической коррекции.
14. Психические и эмоциональные состояния и их влияние на степень двигательных ограничений.
15. Влияние пищевых предпочтений на состояние опорно-двигательного аппарата.

**Примерный перечень вопросов к зачёту по курсу дисциплины «Сенсомоторная коррекция».**

1. Понятие «Сенсомоторная коррекция». Цели системы динамической коррекции.
2. Терминология. Пять факторов межпозвонкового отверстия.
3. Постуральный анализ в динамической коррекции.
4. Зоны Захарьина-Геда или ассоциации «мышца-орган/железа».
5. Понятие структурного баланса ОДА.
6. Задачи метода динамической коррекции.
7. Основные и вспомогательные средства динамической коррекции.
8. Причинные факторы возникновения функциональных деформаций опорно-двигательного аппарата
9. Миопальпация. Темпоральные постукивания.
10. Техника «начала» и «конца» прикрепления мышцы.
11. Оценка тургора кожи. Визуальный анализ ортопедических изменений.

12. Оценка неврологической дезорганизации. Выявление причин неврологической дезорганизации
13. Тестирование походки.
14. Диагностика триггерных точек. Оценка реберной и спинальных функциональных блоков.
15. Меридианная теория. Типы меридианных точек.
16. Понятие «инь-янь взаимодействия». Методы стимуляции точки. Диагностический ответ.
17. Теория пяти элементов У-син и практическое применение для коррекции психофизиологических состояний.
18. Влияние характера жевательных движений на функцию стоматогнатической системы. Интеграция стоматогнатической системы.
19. Неврологические аспекты вкусового контроля.
20. Понятие краниального движения. Подъязычные мышцы и их функция.
21. Функция височнонижнечелюстного сустава.
22. Методы определения осанки. Нарушения формы ног. О-образные и Х-образные ноги.
23. Коррекция положения таза. Коррекция положения головы.
24. Подбор упражнений и дозировка нагрузки в динамической коррекции. Восстановление функции позно-тонической мускулатуры и формирование мышечного корсета.
25. Показания и противопоказания к применению ассиметричных упражнений.
26. Коррекция патологических установок. Постуральные упражнения.
27. Коррекция мышечных контрактур. Восстановление межмышечной координации.
28. Вестибулярная тренировка, как средство динамической коррекции.
29. Ортопедические корректоры.
30. Упражнения с использованием физиороллов.
31. Упражнения на разгрузку позвоночника. Упражнения для мышц шеи.
32. Эмоциональный невроваккуляторный рефлекс.
33. Психологическая реверсия.
34. Эмоциональная боль в спине.
35. Гомолатеральная походка и паттерн ползания.
36. Пателлофemorальный стрессовый синдром.
37. Краниальные манипуляции при гипертензии.
38. Спинальная коррекция психоэмоциональных состояний.

### **Контрольные вопросы для самопроверки знаний**

1. Психолого-педагогический статус лиц с ПОДА
2. Меридианная теория. Понятия и структура.
3. Основные закономерности индивидуальной адаптации лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата.

4. Адаптационные реакции поврежденного организма у лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата.
5. Понятие «триады здоровья».
6. Язык тела. Структурный баланс.
7. Требования к процедуре обследования. Материально-техническое обеспечение процедуры обследования в сенсомоторной коррекции.
8. Измерительное оборудование и приборы. Разработка протокола обследования в динамической коррекции.
9. Особенности метода аурикулотерапии в диагностике нарушений межмышечной координации.
10. Содержание метода динамической коррекции.
11. Рефлексы и реакции стопы и таза.
12. Соскальзывание сухожилий.
13. Идиопатический сколиоз.
14. Особенности переваривания пищи в зависимости от функционального состояния стоматогнатической системы
15. Специфика выбора пищи в зависимости от функционального состояния стоматогнатической системы

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины**

### А) Рекомендуемая литература (основная)

1. Евсеев С.П., Курдыбайло С.Ф., Морозова О.В., Солодков А.С. Адаптивная физическая культура и функциональное состояние инвалидов: Учебное пособие. /Под ред. С.П. Евсеева и А.С. Солодкова. – СПб: СПбАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1996. – 95 с.
2. Евсеев С.П., Курдыбайло С.Ф. Суляев В.Г. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры. – М.: Советский спорт, 2007. – 317 с.
3. Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учебн. пособие.- М.: Советский спорт, 2000.- 240 с.
4. Коррекционная педагогика: Учебное пособие./Под ред. Б.П.Пузанова.- 3-е изд., доп.- М.:Academia, 1999.-155с.
5. Теория и организация адаптивной физической культуры/Учебник под общ. Ред. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2002.
6. Частные методики адаптивной физической культуры: учеб.пособие / под ред. Л. В.
7. Чудная Р.В. Адаптивное физическое воспитание. – Киев, Наукова думка, 2000.

### Б) Рекомендуемая литература (дополнительная)

8. Башкирова М.М., Гуськов С.И. Формирование интереса инвалидов к

- занятиям физической культурой и спортом. Зарубежный опыт. – М. ВНИИФК, 1992. – С. 5-12.
9. Кудрявцев В.В., Сыромолотов Ю.С. Организация и проведение занятий в спортивно-оздоровительных группах инвалидов. – М., 1987. – 28с.
  10. Петрова В.Г., Белякова И.В. Кто они, дети с отклонениями в развитии? / Московский психолого-социальный институт.- М.: Флинта, 1998.- 104 с.
  11. Рубцова Н.О. Адаптивно-спортивное движение как фактор социальной адаптации инвалидов различных категорий //Теория и практика физической культуры, 1998. - № 5. – С.44-46.
  12. Семенова К.А. Детские церебральные параличи. – М., 1981.
  13. Мамайчук, И. И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии : учебное пособие для вузов / И. И. Мамайчук. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 318 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/517010>
  14. Аутизм и расстройства аутистического спектра: диагностика и коррекционная помощь : учебник для вузов / О. С. Никольская [и др.] ; ответственный редактор О. С. Никольская. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 295 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/520530>
  15. Психологическая коррекция и реабилитация : учеб. пособие (курс лекций) / И.В. Белашева, М.Л. Есяян, И.Н. Польшакова .— Ставрополь : изд-во СКФУ, 2019 .— 200 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=727021>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:
- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

- ЭБС ЮРАЙТ <https://urait.ru/library/uchebniki-dlya-vuzov/po-ugs/49-00-00-fizicheskaya-kultura-i-sport/49-03-02-fizicheskaya-kultura-dlya-lic-s-otkloneniymi-v-sostoyanii-zdorovya-adaptivnaya-fizicheskaya-kultura>
- ЭБС РУКОНТ <https://lib.rucont.ru/>
- Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>
- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования

<https://fgosvo.ru/>

- Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>
- Реестр профстандартов Минтруда РФ <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>
- Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>
- Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
- Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>
- Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>
- Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
- Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
- Координационные советы по областям образования <https://fgosvo.ru/ksumo/index>
- Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА <http://rusada.ru/>

- Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий

<https://www.minsport.gov.ru/activity/government-regulation/edinyj-kalendarnyj-plan/>

- Государственная информационная система «Спорт»  
<https://sportrf.gov.ru/>
- Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>
- Министерство спорта Российской Федерации
- Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных\_  
<https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
- Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
- Адаптивная физическая культура\_  
<https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Для успешного формирования знаний по курсу «*Сенсомоторная коррекция*» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая персональный компьютер, проектор, экран, ученическую доску, комплекты аудиторной мебели.



## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Сенсомоторная коррекция» для обучающихся института ИТРРиФ, 3 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание очная, заочная формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 семестр (очная форма), 3 курс (заочная форма)

Форма промежуточной аттестации: дифф.зачёт

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Для студентов очной формы обучения

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1	Контрольная работа: «Структура и содержание метода сенсомоторной коррекции»	32 неделя	25
2	Контрольный опрос « Питание и здоровье»	42 неделя	25
3	Реферат «Сенсомоторная коррекция при различных психологических состояниях»	32 неделя	30
	<i>Дифф.зачёт по дисциплине</i>		<i>20*</i>
<b>ИТОГО</b>			<b>100</b>

\* *примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

**Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля</b>	<b>Максимальное количество баллов</b>
1	Контрольная работа по теме: Формирование двигательных навыков при врожденных деформациях ОДА.	15
2	Контрольная работа по теме: Адаптационные реакции поврежденного организма.	15
3	Контрольная работа по теме: Программа коррекции мелкой моторики в динамической коррекции.	15
4	Контрольная работа по теме: Тренажерные технологии в динамической коррекции.	10
5	Контрольная работа по теме: Формы организации двигательной активности для лиц с функциональными двигательными ограничениями в системе динамической коррекции.	10
6	Контрольная работа по теме: Влияние пищевых предпочтений на состояние опорно-двигательного аппарата.	15

**Для студентов заочной формы обучения**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля</b>	<b>Сроки проведения</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	Контрольная работа: «Структура и содержание метода сенсомоторной коррекции»	<i>32 неделя</i>	40*
2	Реферат «Сенсомоторная коррекция при различных психологических состояниях»	<i>42 неделя</i>	40*
	<i>Зачёт по дисциплине</i>		20*
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

**III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

## **V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта,  
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методик адаптивной физической культуры**

**АННОТАЦИЯ**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.15 Сенсомоторная коррекция»**

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*  
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018г.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **3 зачетные единицы, 108 академических часов.**

- 1. Целями освоения дисциплины (модуля) профессионального цикла базовой части «Сенсомоторная коррекция» являются:** формирование представлений об эффективности метода сенсомоторной коррекции в формировании межмышечной координации при восстановлении и развитии двигательной функции у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
- 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-2	Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов	6		6
ПК-2.1	Знает: - законодательство по вопросам образования, опеки попечительства несовершеннолетних, дополнительных гарантиях, социальной поддержке детей- сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, социального обслуживания детей- инвалидов и другая нормативно-правовая документация в области оказания психологической, педагогической, реабилитационной помощи несовершеннолетним, законодательство в области защиты персональных данных; - педагогические закономерности организации образовательного процесса; - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма	6		6

	инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - состав испытаний, тестов для всех гендерных и возрастных групп, включая контрольные показатели испытаний, тестов и их нормативные значения.			
ПК-2.2	Умеет: - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; - планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений; - определять готовность реабилитанта к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации	6		6
ПК-2.3	Имеет опыт: - разработки плана проведения занятия по адаптивной физической культуре по программам адаптивного физического воспитания, индивидуального плана физической реабилитации инвалида; - разработки и утверждения графиков проведения тестирования с периодичностью, установленной нормативными правовыми актами; - составления рекомендаций инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях	6		6

### 3. Структура и содержание дисциплины (модуля)

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Раздел 1.</b> Сенсомоторная коррекция как система оценки и коррекции функциональных ограничений	6	18	36	54		
2	<b>Тема 1.</b> Понятие метода динамической коррекции. Цели, задачи и средства динамической коррекции.	6	4	6	10		
3	<b>Тема 2.</b> Диагностические подходы к анализу нарушений и ограничений.	6	4	6	8		

<b>4</b>	<b>Тема 3.</b> Влияние меридианного баланса на характер нарушений межмышечной координации.	6	4	6	8		
<b>5</b>	<b>Тема 4.</b> Влияние питания и обменных процессов на характер нарушений межмышечной координации.	6	2	6	8		
<b>6</b>	<b>Тема 5.</b> Коррекция двигательных ограничений и ортопедических нарушений.	6	2	6	10		
<b>7</b>	<b>Тема 6.</b> Коррекция психо-эмоционального состояния.	6	2	6	10		
<b>Итого 108</b>			<b>18</b>	<b>36</b>	<b>54</b>		<b>Диф. зачёт</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Курс	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекцион	ного	я семина рского	Самосто ятельна	



<b>1</b>	<b>Раздел 1.</b> Сенсомоторная коррекция как система оценки и коррекции функциональных ограничений	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>12</b>		
<b>2</b>	<b>Тема 1.</b> Понятие метода динамической коррекции. Цели, задачи и средства динамической коррекции.	3	2	2	12		
<b>3</b>	<b>Тема 2.</b> Диагностические подходы к анализу нарушений и ограничений.	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>12</b>		
<b>4</b>	<b>Тема 3.</b> Влияние меридианного баланса на характер нарушений межмышечной координации.	3		4	12		
<b>5</b>	<b>Тема 4.</b> Влияние питания и обменных процессов на характер нарушений межмышечной координации.	<b>3</b>		<b>4</b>	<b>10</b>		
<b>6</b>	<b>Тема 5.</b> Коррекция двигательных ограничений и ортопедических нарушений.	3		4	12		

<b>7</b>	<b>Тема 6.</b> Коррекция психо- эмоционального состояния.	3		4	10		
<b>Итого 108</b>			<b>6</b>	<b>22</b>	<b>80</b>		<b>Диф. зачёт</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта,  
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.16 «Научно-методическая деятельность»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02. «Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья»  
(код и наименование)

Направленность (профиль):  
«Адаптивное физическое воспитание»,  
«Физическая реабилитация»,  
«Лечебная физическая культура»  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом ИТРР и Ф  
Протокол №89 от «12» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
биомеханики и естественнонаучных дисциплин  
(наименование)  
Протокол №25 от «19» июня 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол №\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол №\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол №\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель:

Попов Григорий Иванович, доктор педагогических наук, профессор,  
заведующий кафедрой биомеханики и естественнонаучных дисциплин  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

\_\_\_\_\_  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Научно-методическая деятельность» является: формирование у слушателей навыков научного мышления, ознакомление с методами проведения научных исследований и способами оформления их результатов.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Научно-методическая деятельность» относится к базовой части учебного плана ООП РГУФКСМиТ по направлению подготовки 49.03.02. «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья», профилю «Адаптивное физическое воспитание», «Физическая реабилитация», «Лечебная физическая культура». Дисциплина «Научно-методическая деятельность» является отдельной дисциплиной учебного плана ООП РГУФКСМиТ по направлению подготовки 49.03.02. «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья», профилю «Адаптивное физическое воспитание», «Физическая реабилитация», «Лечебная физическая культура».

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности на уровне освоенности учебного материала после 2 лет обучения, что обусловило логическую и содержательно-методическую взаимосвязь данной дисциплины с системообразующими (сквозными) дисциплинами базовой части теоретических дисциплин. Освоение дисциплины «Научно-методическая деятельность» базируется на изучении учебных дисциплин математики, физики, анатомии, биомеханики, биохимии, физиологии. Специфика дисциплины предусматривает подготовку бакалавра к профессиональной деятельности в части получения объективных данных об эффективности организации процесса подготовки его учеников, имея в перспективе надежное повышение спортивных достижений в избранном виде спорта.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения
	Наименование		

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<i>УК-1</i>	<i>Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.</i>	6	7
<i>УК-1.1.</i>	<i>Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач.</i>	6	7
<i>УК-1.4.</i>	<i>Умеет синтезировать информацию, представленную в различных источниках.</i>	6	7

#### **4. Структура и содержание дисциплины (модуля)**

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часа.**

#### **Очная форма обучения**

<b>№</b>	<b>Раздел дисциплины (модуля)</b>	<b>Семестр</b>	<b>Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)</b>				<b>Форма промежуточной аттестации (по семестрам)</b>
			<b>Занятия лекционного типа</b>	<b>Занятия семинарского типа</b>	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>Контроль</b>	
<b>1</b>	Общие представления о науке. Виды научных исследований. Теоретические и эмпирические методы исследования	6	2	2	6		
<b>2</b>	Организация научного исследования	6		4	6		
<b>3</b>	Организация педагогических исследований	6	2	2	6		
<b>4</b>	Научная и научно-методическая деятельность в сфере спорта	6		2	8		
<b>5</b>	Эмпирические методы научных исследований, реализуемые через инструментальные методики измерений	6	2	4	4		
<b>6</b>	Формирование и совершенствование двигательных действий в	6	2	4	4		

	спорте на основе средств искусственной управляющей среды						
7	Применение технических средств и тренажеров в научной и методической работе в физической культуре и спорте	6		2	4		
8	Обработка и анализ результатов научных исследований в сфере физической культуры и спорта. Оформление научной работы.	6	2		4		
9	Итого часов:		10	20	42		
Форма промежуточной аттестации							Диф. зачет

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Общие представления о науке. Виды научных исследований. Теоретические и эмпирические методы исследования	7	2				
2	Организация научного исследования	7		2			
3	Организация педагогических исследований	7		2			
4	Научная и научно-методическая деятельность в сфере спорта	7			6		
5	Эмпирические методы научных исследований, реализуемые через инструментальные методики измерений	7			10		
6	Формирование и совершенствование двигательных действий в спорте на основе средств искусственной управляющей среды	7		2	10		
7	Применение технических средств и тренажеров в научной и методической работе в физической культуре и спорте	7		2	10		

8	Обработка и анализ результатов научных исследований в сфере физической культуры и спорта. Оформление научной работы.	7			26		
9	Итого часов:		2	8	62		
Форма промежуточной аттестации							Диф. зачет

## 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### *Контрольные вопросы для проведения промежуточной аттестации*

1. Научный метод
2. Теоретические методы научных исследований: абстрагирование, анализ
3. Теоретические методы научных исследований: аналогия, индукция, дедукция
4. Теоретические методы научных исследований: конкретизация, обобщение, сравнение, синтез
5. Теоретические методы научных исследований: моделирование
6. Эмпирические методы научного исследования: беседа, наблюдение, обследование, опытная работа, эксперимент, рейтинг
7. Традиционно-педагогические методы: наблюдение, изучение опыта
8. Традиционно-педагогические методы: беседа, интервьюирование, анкетирование
9. Педагогический эксперимент
10. Условия проведения педагогического эксперимента
11. Математические методы педагогических исследований
12. Статистические методы в педагогических исследованиях



13. Педагогическое тестирование
13. Работа с литературными источниками
14. Методологические разделы научного исследования
15. Лабораторные и натурные измерения
16. Этические проблемы измерений с участием человека
17. Биомеханическая кинематография и видеоциклография
18. Оптоэлектронная циклография
19. Динамометрия
20. Электромиография
21. Гониометрия
22. Метод магнитного резонанса
23. Акселерометрия
24. Спидография
25. Измерение упруго-вязких свойств мышц
26. Компьютерная стабилография
27. Тренажеры в научной и научно-методической работе в спорте
28. Обработка и анализ результатов научной работы
29. Виды научных публикаций

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

**а) Основная литература:**

1. Попов Г.И. Научно-методическая деятельность в спорте: Учебник для студентов учреждений высшего образования/ Г.И.Попов. - М.: Издательский центр "Академия", 2015. – 192 с.
2. Попов Г.И. Биомеханика двигательной деятельности: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования/ Г.И.Попов, А.В.Самсонова. - 3-е издание, стер. - М.: Издательский центр "Академия", 2013. - 320 с.- (Сер. Бакалавриат).
3. Железняк Ю.Д., Петров П.К Основы научно-методической деятельности

в физической культуре и спорте: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений.- М.: Издательский центр "Академия", 2013, 6-е изд., стер.- 264 с.

4. Никитушкина Н.Н. Научно-методическая деятельность в физической культуре и спорте. Учебное пособие. - М.: Прометей, 2006. - 140 с.
5. Селуянов В.Н. Научно-методическая деятельность: учебник / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков, И.П. Космина. - М.: Физическая культура, 2005.-288 с.

**б)Дополнительная литература:**

1. Высшая математика и математическая статистика: учебное пособие для вузов / под общей редакцией Г.И. Попова.- 2-е издание. - М.: Физическая культура, 2009. - 368 с.
2. Ратов И.П. Биомеханические технологии подготовки спортсменов / И.П.Ратов, Г.И.Попов, А.А.Логинов, Б.В.Шмонин. - М.: Физкультура и спорт, 2007. - 120с.
3. Врублевский Е.П. / Выпускная квалификационная работа: подготовка, оформление, защита: учебное пособие / Е. П. Врублевский, О.Е. Лихачева, Л. Г. Врублевская. - М.: Физкультура и спорт, 2006. - 228 с.
4. Губа В. П. Измерения и вычисления в спортивно-педагогической практике: учебное пособие для ИФК / В. П. Губа, М. П. Шестаков, Н. Е. Бубнов, М. П. Борисенков. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 211 с.
5. Кузнецов И. Н. Рефераты, курсовые и дипломные работы: методика под готовки и оформления: учебное пособие / И. Н. Кузнецов. - М.: Изд.торг, корпорация "Дашков и Ко", 2002. - 352с.
6. Новикова С. С. Социологическое исследование. Анкетирование: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / С. С. Новикова. - М.: СпортАкадемПресс, 2000. - 134 с.

7. Статистика. Обработка спортивных данных на компьютере: учебное пособие для ИФК; под ред. М. П. Шестакова, Г. И. Попова. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 278 с.
8. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2023. — 232 с. <https://urait.ru/bcode/514551>
9. Неумоева-Колчеданцева, Е. В. Основы научной деятельности студента. Курсовая работа : учебное пособие для вузов / Е. В. Неумоева-Колчеданцева. — Москва : Юрайт, 2022. — 119 с. <https://urait.ru/bcode/494059>
10. Якимова, Л.А. Методология научных исследований в области физической культуры и спорта : учеб.-метод. пособие / Т.Х. Емтыль; Куб. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма; Л.А. Якимова .— Краснодар : КГУФКСТ, 2020 .— 61 с. <https://lib.rucont.ru/efd/814163>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.intuit.ru>.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1.Операционная система – Windows Professional, x64 Ed. Лицензия 43020593. Авторизация 63009319ZZE0911, SoftLine 2007-11-15.
- 2.Офисный пакет приложений – Microsoft Office. Лицензия 87473227, SoftLine 2018-12-30.

3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус) Лицензия 330866598, SoftLine 2018-12-30.

4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Acrobat Reader DC. Лицензия не требуется.

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. ЭБС ЮРАЙТ <https://urait.ru/library/uchebniki-dlya-vuzov/po-ugs/49-00-00-fizicheskaya-kultura-i-sport/49-03-02-fizicheskaya-kultura-dlya-lic-s-otkloneniymi-v-sostoyanii-zdorovya-adaptivnaya-fizicheskaya-kultura>

2. Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

3. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>

4. Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Научно-методическая деятельность» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 и 4 курса, направления подготовки 49.03.02. «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья», направленности (профилю) «Адаптивное физическое воспитание», «Физическая реабилитация», «Лечебная физическая культура», очной и заочной форм обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: биомеханики и естественнонаучных дисциплин.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 семестр очной формы обучения, 7 семестр заочной формы обучения.

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения	Максимальное кол-во баллов
1.	Посещение практических занятий (обязательное посещение практических занятий в объёме не менее 50 % - 8 занятий)	Весь период	10 баллов (10 занятий по 1 баллу)
2.	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 1. «Теоретические и эмпирические методы исследования» (15 вопросов по 0,1 балла)	2 неделя	1,5 балла
3.	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 2. «Организация научного исследования» (15 вопросов по 0,1 балла)	3 неделя	1,5 балла
4.	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 3. «Виды педагогических экспериментов и их организации при педагогических исследованиях» (15 вопросов по 0,1 балла)	4 неделя	1,5 балла

5.	<b>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 4.</b> «Организация научно-методического обеспечения подготовки сборных команд» (15 вопросов по 0,1 балла)	5 неделя	1,5 балла
6.	<b>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 5.</b> «Инструментальные методики измерений» (15 вопросов по 0,1 балла)	11 неделя	1,5 балла
7.	<b>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделам 6,7.</b> «Технические средства и тренажеры в практике спорта» (15 вопросов по 0,1 балла)	12 неделя	1,5 балла
8.	<b>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 8.</b> «Статистическая обработка данных при спортивно-педагогических измерениях» (15 вопросов по 0,1 балла)	13 неделя	1,5 балла
9.	Выступление на семинарских занятиях в процессе обсуждения текущего материала (по балла за содержательное выступление и ответы на вопросы)	Весь период	5 баллов
10.	Подготовка и защита реферата по теоретическим и практическим аспектам учебного курса в соответствии с темами, предназначенными для самостоятельной работы студентов	14 неделя	7,5 баллов
11.	Подготовка презентации по материалам исследований в рамках подготовки выпускной квалификационной работы или в рамках проблемы исследования, в которой будет выполняться ВКС, если тема её ещё не сформулирована	16 неделя	7,5 баллов
12.	Выполнение лабораторной работы № 1	3 неделя	6,5 баллов
13.	Выполнение лабораторной работы № 2	5 неделя	6,5 баллов
14.	Выполнение лабораторной работы № 3	15 неделя	6,5 баллов
15.	<b>Собеседование по дисциплине (является обязательным)</b>	5 семестр (очное обучение) 6 семестр (заочное обучение)	10 баллов

16	<b>Сдача дифференцированного зачёта</b>	5 семестр (очное обучение) 6 семестр (заочное обучение)	30 баллов
17	<b>Итого</b>		100 баллов

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1.	Написание реферата на одну из предложенных тем (выбор тем представлен в основном разделе системы МООДУС и на сайте кафедры)	20
2.	Создание презентации на одну из тем и её защита	20
3	Выполнение расчетов показателей по реальным данным выпускной квалификационной работы	20
4	Разработка основных документов планирования экспериментов в рамках тематики выпускной квалификационной работы	10

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

–Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	

Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A
-------------------------	---	---	---	---	---	---



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта,  
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.16 «Научно-методическая деятельность»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 «Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья»  
(код и наименование)

Направленность (профиль):  
«Адаптивное физическое воспитание»,  
«Физическая реабилитация»,  
«Лечебная физическая культура»  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетных единицы.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 6 семестр очная форма обучения, 7 семестр заочная форма обучения.

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):** «Научно-методическая деятельность» является: формирование у слушателей навыков научного мышления, ознакомление с методами проведения научных исследований и способами оформления их результатов.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
УК-1	<i>Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.</i>	6	7
УК-1.1.	<i>Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методика системного подхода для решения профессиональных задач.</i>	6	7
УК 1.2.	<i>Знает информационно-поисковые системы и базы данных; технологию осуществления поиска информации.</i>	6	7
УК-1.3.	<i>Умеет анализировать и систематизировать разнородные данные, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности.</i>	6	7
УК-1.4.	<i>Умеет синтезировать информацию, представленную в различных источниках.</i>	6	7
УК-1.5.	<i>Владеет навыками научного поиска и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений.</i>	6	7
УК-1.6.	<i>Владеет методами аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем.</i>	6	7

## 5.Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Общие представления о науке. Виды научных исследований. Теоретические и эмпирические методы исследования	6	2	2	6		
2	Организация научного исследования	6		4	6		
3	Организация педагогических исследований	6	2	2	6		
4	Научная и научно-методическая деятельность в сфере спорта	6		2	8		
5	Эмпирические методы научных исследований, реализуемые через инструментальные методики измерений	6	2	4	4		
6	Формирование и совершенствование двигательных действий в спорте на основе средств искусственной управляющей среды	6	2	4	4		
7	Применение технических средств и тренажеров в научной и методической работе в физической культуре и спорте	6		2	4		
8	Обработка и анализ результатов научных исследований в сфере физической культуры и спорта. Оформление научной работы.	6	2		4		
9	Итого часов:		10	20	42		
Форма промежуточной аттестации							<b>Диф. зачет</b>

## Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Общие представления о науке. Виды научных исследований. Теоретические и эмпирические методы исследования	7	2				
2	Организация научного исследования	7		2			
3	Организация педагогических исследований	7		2			
4	Научная и научно-методическая деятельность в сфере спорта	7			6		
5	Эмпирические методы научных исследований, реализуемые через инструментальные методики измерений	7			10		
6	Формирование и совершенствование двигательных действий в спорте на основе средств искусственной управляющей среды	7		2	10		
7	Применение технических средств и тренажеров в научной и методической работе в физической культуре и спорте	7		2	10		
8	Обработка и анализ результатов научных исследований в сфере физической культуры и спорта. Оформление научной работы.	7			26		
9	Итого часов:		2	8	62		
Форма промежуточной аттестации							<b>Диф. зачет</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт<sup>1</sup> Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.17 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с сенсо-  
речевыми нарушениями»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

(код и наименование)

Направленность (профиль)<sup>2</sup>: Адаптивное физическое воспитание

(наименование)

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

<sup>1</sup> Указывается наименование института, экспертно-методический совет которого утверждает рабочую программу дисциплины (модуля).

<sup>2</sup> Если рабочая программа дисциплины (модуля) создается для нескольких направленностей (профилей) и имеет сходное содержание, то возможно перечисление направленностей (профилей), в рамках которых она реализуется, в том числе в случае ее реализации с использованием различных форм обучения.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивной физической культуры  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Составитель: Дьячкова Юлия Львовна - кандидат педагогических наук,  
доцент кафедры теории и методики адаптивной физической культуры  
РГУФКСМиТ  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Б1.В.17 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с сенсо-речевыми нарушениями» является: : формирование профессиональных навыков бакалавра по адаптивному физическому воспитанию лиц с сенсорными и речевыми нарушениями, расширение профессионального мировоззрения о роли и месте АФВ в системе реабилитации и социальной интеграции лиц нарушениями слуха, зрения и речи.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с сенсо-речевыми нарушениями» является обязательной дисциплиной вариативной части модуля профильных дисциплин.

Дисциплина «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с сенсо-речевыми нарушениями» предшествует изучению следующих дисциплин:

- базовой части: «Психология и педагогика», «Частная патология», «Специальная психология», «Теория и организация адаптивной физической культуры», «Специальная педагогика»;

- вариативной части: «Комплексная реабилитация больных и инвалидов», «Теоретико-методические основы адаптивного физического воспитания».

Освоение дисциплины «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с сенсо-речевыми нарушениями» необходимо для последующего изучения дисциплин «Частные методики адаптивной физической культуры», прохождения преддипломной практики и практики НИР.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

код индикат ора (ов)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
-------------------------	--	--

	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное обучение) <sup>3</sup>
1	2	3	4	5
ПК-4	<p><i>Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний:</i></p> <p>ПК-4.1. Знает: - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.</p> <p>ПК-4.2. Умеет: - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.</p> <p>ПК-4.3. Имеет опыт: - разработки творческих</p>	6	8	

<sup>3</sup> Заполняется при наличии ускоренного обучения.



	<p>подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на по развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов;</p> <p>- разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.</p>		
--	--	--	--

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **6 зачетных единиц, 216 академических часов.**

**Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Особенности организации и методики проведения занятий АФВ с глухими и слабослышащими детьми.</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>24</b>	<b>36</b>		
1.1.	Особенности физического и двигательного развития детей с патологией слуха	6	2	8	12		
1.2.	Организация занятий АФВ с глухими и слабослышащими.	6	4	8	12		

1.3.	Методические приемы проведения занятий АФВ с глухими и слабослышащими детьми	6	4	8	12		
2	<b>Раздел 2. Особенности организации и методики проведения занятий АФВ с незрячими детьми.</b>	6	10	24	36		
2.1.	Особенности физического и двигательного развития детей с патологией зрения	6	2	8	12		
2.2.	Организация занятий АФВ со слепыми и слабовидящими детьми	6	4	8	12		
2.3.	Методические приемы проведения занятий по АФВ со слепыми и слабовидящими детьми.	6	4	8	12		
3	<b>Раздел 3. Особенности организации и методики проведения занятий АФВ с детьми с нарушениями речи.</b>		10	22	35		
3.1.	Особенности физического и двигательного развития детей с патологией речи		2	6	10		
3.2.	Организация занятий АФВ с детьми с нарушениями речи.		4	8	12		
3.3.	Методические приемы проведения занятий АФВ с детьми с нарушениями речи.		4	8	13		
							курсовая работа
						9	Экзамен
<b>Итого часов: 216</b>			<b>30</b>	<b>70</b>	<b>107</b>	<b>9</b>	

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единицы, 108 академических часа.

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	

<b>1</b>	<b>Раздел 1. Особенности организации и методики проведения занятий АФВ с глухими и слабослышащими детьми.</b>	<b>8</b>	<b>2</b>				
1.1.	Особенности физического и двигательного развития детей с патологией слуха	8	2		9		
1.2.	Организация занятий АФВ с глухими и слабослышащими.	8			9		
1.3.	Методические приемы проведения занятий АФВ с глухими и слабослышащими детьми	8		2	10		
<b>2</b>	<b>Раздел 2. Особенности организации и методики проведения занятий АФВ с незрячими детьми.</b>	<b>8</b>	<b>2</b>				
2.1.	Особенности физического и двигательного развития детей с патологией зрения	8			11		
2.2.	Организация занятий АФВ со слепыми и слабовидящими детьми	8		2	10		
2.3.	Методические приемы проведения занятий по АФВ со слепыми и слабовидящими детьми.	8	2	2	10		
<b>3</b>	<b>Раздел 3. Особенности организации и методики проведения занятий АФВ с детьми с нарушениями речи.</b>	<b>8</b>					
3.1.	Особенности физического и двигательного развития детей с патологией речи	8			9		
3.2.	Организация занятий АФВ с детьми с нарушениями речи.	8			10		
3.3.	Методические приемы проведения занятий АФВ с детьми с нарушениями речи.	8		2	9		
							<b>Курсовая работа</b>
<b>Итого часов: 108</b>			<b>4</b>	<b>8</b>	<b>87</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>

**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной

справке по дисциплине «*Технологии адаптивного физического воспитания лиц с сенсо-речевыми нарушениями*» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

**5.2.** Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю). «*Технологии адаптивного физического воспитания лиц с сенсо-речевыми нарушениями*».

**Примерная тематика курсовых работ:**

1. Роль АФВ в российской системе физического воспитания детей с сенсорно-речевыми нарушениями.
2. Обучение глухих и слабослышащих детей дошкольного возраста основным движениям.
3. Организация и методика проведения занятий в плавательном бассейне (в других помещениях, свойственных избранному виду спорта) со слепыми и слабовидящими детьми дошкольного (или школьного) возраста.
4. Адаптивное физическое воспитание в системе интегрированного образования детей дошкольного возраста.
5. Адаптивное физическое воспитание в специализированных дошкольных учреждениях для слепых и слабовидящих детей.
6. Адаптивное физическое воспитание в специализированных дошкольных учреждениях для глухих и слабослышащих детей.
7. Адаптивное физическое воспитание в специализированных дошкольных учреждениях для детей с нарушением речи.
8. Педагогические технологии в адаптивном физическом воспитании детей с сенсорно-речевыми нарушениями.
9. Система физического воспитания детей с сенсорно-речевыми нарушениями в дошкольных учреждениях.
10. Планирование работы по физическому воспитанию детей с сенсорно-речевыми нарушениями.
11. Особенности АФВ с взрослыми пациентами, имеющими сенсорно-речевые нарушения.
12. Формирование навыков произвольной организации движений.
13. Управление процессом адаптивного физического воспитания в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях для детей с поражениями сенсорной системы
14. Эффективность разработанной системы управления процессом адаптивного физического воспитания учащихся с поражениями сенсорной системы
15. Взаимосвязи между количественными параметрами уроков различной направленности (теоретической, практической, соревновательной) и уровнем сформированности теоретических знаний и практических умений по предмету «Физическая культура» как основной части процесса

адаптивного физического воспитания, у школьников с патологией органов зрения, слуха и речевого аппарата на различных этапах обучения

16. Алгоритм оценивания педагогического мастерства учителя АФВ в работе с детьми с нарушениями сенсорной сферы
17. Технология определения теоретической и практической подготовленности, а также двигательных навыков учащихся.
18. Образовательное учреждение как звено совершенствования процесса адаптивного физического воспитания учащихся с сенсорными нарушениями.
19. Методика разработки программ для обучения детей с сенсорными нарушениями.

### **Примерный перечень вопросов к экзамену:**

1. Методика скоростно-силовой направленности учебного процесса лиц с проблемами зрения.
2. Комплексное развитие физических качеств лиц с сенсорными нарушениями.
3. Эффективные традиционные методики АФВ с детьми с проблемами зрения.
4. Эффективные традиционные методики АФВ с детьми с проблемами слуха.
5. Эффективные традиционные методики АФВ с детьми с нарушениями речи.
6. Подготовка детей с сенсорными нарушениями к соревновательной деятельности.
7. Применение всех форм физкультурно-оздоровительной работы детей с сенсорными нарушениями в режиме продленного дня.
8. Особенности Российской системы адаптивного физического воспитания.
9. Основные задачи, функции специализированных дошкольных образовательных учреждений.
10. Физкультурно-оздоровительная работа в специализированных дошкольных образовательных учреждениях.
11. Система специальных учреждений для воспитания и обучения слепых и слабовидящих детей.
12. Система специальных учреждений для воспитания и обучения глухих и слабослышащих детей.
13. Особенности осуществления АФВ в специальных дошкольных учреждениях.
14. Особенности осуществления АФВ в специальных (коррекционных) школах.
15. Особенности осуществления АФВ в техникумах и Вузах.
16. Особенности осуществления АФВ в интернатах.
17. Основная форма занятий АФВ в специальной школе.
18. Перечислите неурочные формы занятий АФВ.

19. Какие требования предъявляются к профессиональным знаниям и умениям специалиста по АФВ.
20. Методические особенности проведения урока АФВ в специальной школе.
21. Материально-техническое оснащение урока АФВ в специальной школе.
22. Структура урока АФВ.
23. Врачебно-педагогический контроль и гигиена урока АФВ.
24. Особенности методики проведения занятий АФВ с инвалидами с нарушением слуха.
25. Особенности методики проведения занятий АФВ с инвалидами с нарушением зрения.
26. Особенности морфо-функционального развития в дошкольном возрасте, какие основные диагностические критерии вы знаете?
27. Какие особенности отмечаются в развитии ребёнка с нарушением слуха?
28. Какие особенности отмечаются в развитии ребёнка с нарушением зрения?
29. Перечислите все возможные формы организации занятий с детьми раннего и дошкольного возраста с сенсорно-речевыми нарушениями.
30. Перечень специального инвентаря и оборудования для организации и проведения занятий с детьми с сенсорными нарушениями.
31. Особенности методики организации занятий со слабовидящими, слабослышащими детьми.
32. Особенности методики организации занятий со слепыми, глухими детьми.
33. Охарактеризуйте особенности двигательной сферы детей с нарушением зрения.
34. Каковы особенности проведения урока по АФВ в специальном коррекционном учреждении для слепых и слабовидящих?
35. Методические особенности проведения урока АФВ в специальной школе для слепых и слабовидящих.
36. Особенности проведения неурочных форм занятий.
37. Материально-техническое оснащение урока АФВ в специальной школе для слепых и слабовидящих.
38. Средства АФВ в программе обучения слепых и слабовидящих учащихся.
39. Виды спорта, рекомендуемые для факультативных занятий детей с патологией зрения.
40. Охарактеризуйте особенности двигательной сферы детей с нарушением слуха.
41. Каковы особенности проведения урока по АФВ в специальном коррекционном учреждении для глухих и слабослышащих?
42. Методические особенности проведения урока АФВ в специальной школе для глухих и слабослышащих.

43. Материально-техническое оснащение урока АФВ в специальной школе для глухих и слабослышащих.
44. Средства АФВ в программе обучения глухих и слабослышащих учащихся.
45. Виды спорта, рекомендуемые для факультативных занятий детей с патологией слуха.

Вопросы для самоконтроля:

1. Особенности Российской системы адаптивного физического воспитания.
2. Основные задачи, функции специализированных дошкольных образовательных учреждений.
3. Физкультурно-оздоровительная работа в специализированных дошкольных образовательных учреждениях.
4. Система специальных дошкольных учреждений для воспитания и обучения слепых и слабовидящих детей.
5. Система специальных дошкольных учреждений для воспитания и обучения глухих и слабослышащих детей.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

*а) Основная литература:*

1. Богданова Т. Г. Сурдопсихология: Учебник. - 2-е изд., пер. и доп. – М.: Юрайт, 2018. 235 с.
2. Королева И.В. Королева И.В. Помощь детям с нарушением слуха. Руководство для родителей и специалистов.- Издательство: КАРО, 2016.
3. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки : Общ. теория и ее практ. применение / В.Н. Платонов. - Киев: Олимп. лит., [2014]. - 623 с.
4. Речицкая Е.Г., Пузанов Б.П., Богданова Е.К. Психолого-педагогическое сопровождение лиц с нарушением слуха. Учебное пособие для ВУЗов. - Издательство: Прометей, 2012.
5. Ермаков В. Что и как видят дети от рождения до 10 лет с сохраненным и нарушенным зрением. Диагностика. – Владос, 2015.
6. Зайцева Г.Л. Жестовая речь. Дактилология. Учебник. – Владос, 2015.
7. Королева И.В. Королева И.В. Помощь детям с нарушением слуха. Руководство для родителей и специалистов.- Издательство: КАРО, 2016.
8. Королева И.В. Реабилитация глухих детей и взрослых после кохлеарной и стволомозговой имплантации. – Издательство: КАРО, 2016.

9. Панков О. Тренинги и игры для мышц глаз. Уникальные упражнения для восстановления зрения. - Издательство: Астрель, 2011.
10. Речицкая Е.Г., Пузанов Б.П., Богданова Е.К. Психолого-педагогическое сопровождение лиц с нарушением слуха. Учебное пособие для ВУЗов. - Издательство: Прометей, 2012.
11. Тупоногов Б.К. Организация коррекционно-педагогического процесса в школе для слепых и слабовидящих детей. - Издательство: ВЛАДОС, 2011.
12. Якубович М. Коррекция двигательных и речевых нарушений у детей с ТНР методами физического воспитания. - ВЛАДОС, 2017.

*б) Дополнительная литература:*

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Электронный ресурс] : учеб. пособие / ред.: С.П. Евсеев. — М. : Советский спорт, 2014. — 304 с.
2. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера : Наука побеждать / Озолин Николай Георгиевич. - М.: АСТ: Астрель: Полиграфиздат, 2011. - 863 с.
3. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в клубах инвалидов [Электронный ресурс] : [метод. рекомендации] / Н.А. Сладкова. — М. : Советский спорт, 2012. — 215 с.
4. Айрес, Э.Д. Ребенок и сенсорная интеграция: понимание скрытых проблем развития с практ. рекомендациями для родителей и специалистов = Sensory Integration and the Child : Understanding hidden sensory challenges / Э. Джин Айрес, при участии Джеффа Роббинса = by A. Jean Ayres, Ph.D. - [М.]: Теревинф, 2009.
5. Ермаков В. П., Якунин Г. А. Основы тифлопедагогики. Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения. Учебное пособие для ВУЗов. – м.: Владос, 2010.
6. Специальная педагогика : учеб. пособие для студентов пед. вузов : рек. УМО ВУЗов РФ по пед. образованию / под ред. Н.М. Назаровой. - 9-е изд., стер. - М.: Academia, 2009.
7. Специальная психология : учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений, обучающихся по дефектолог. специальностям : рек. умо по специальностям пед. образования / под ред. В.И. Лубовского. - 6-е изд., испр. и доп. - М.: Academia, 2009.
8. Шульпина, В.П. Дыхание детей и подростков с различным состоянием здоровья : (Аспекты диагностики и совершенствования) / В.П. Шульпина ; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта ; НИИ деятельности в экстрем. условиях. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2009.



9. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / Под общ.ред. проф. Л.В. Шапковой. – М.: Советский спорт, 2007.

10. Частные методики адаптивной физической культуры : учебник / ред. Л.В. Шапкова .— Москва : Советский спорт, 2009 .— 608 с. : ил. — (Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья) <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=747888>

11. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / ред. С.П. Евсеев; О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев .— Москва : Советский спорт, 2013 .— 392 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=279276>

12. Физиологические аспекты адаптивной физической культуры : учеб.-метод. пособие / В.Г. Васенина .— Москва : РГУФКСМиТ, 2017 .— 75 с. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=671388>

*в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:*

1. <http://elibrary.ru/defaultx.asphttp://psyfactor.org/partners.htm>

2. <http://www.deafworld.ru/>.

3. [www.permonline.ruhttp://elibrary.ru/defaultx.asphttp://psyfactor.org/partners.htm](http://www.permonline.ruhttp://elibrary.ru/defaultx.asphttp://psyfactor.org/partners.htm)

*г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:*

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

*- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Информационный портал «Информо» <https://www.informio.ru/>
- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования

<https://fgosvo.ru/>

- Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>
- Реестр профстандартов Минтруда РФ <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>
- Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>
- Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
- Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>
- Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>
- Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
- Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
- Координационные советы по областям образования

<https://fgosvo.ru/ksumo/index>

- Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА <http://rusada.ru/>
- Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
- Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий

<https://www.minsport.gov.ru/activity/government-regulation/edinyj-kalendarjnyj-plan/>

- Государственная информационная система «Спорт» <https://sportrf.gov.ru/>
- Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>
- Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
- Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
- Адаптивная физическая культура <https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Для успешного формирования знаний по курсу «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с сенсо-речевыми нарушениями» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая

материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая учебную аудиторию для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, самостоятельной работы, набор демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации (персональный компьютер с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду РГУФКСМиТ, проектор, экран, ученическую интерактивную доску), комплекты аудиторной мебели.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с сенсо-речевыми нарушениями» для обучающихся института Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 3 курса, направления 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная физическая культура»*

*направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание очной, заочной формы (м) обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики адаптивной физической культуры.*

Сроки изучения дисциплины (модуля): *6 семестр (очная форма), 8 семестр (заочная форма).*

Форма промежуточной аттестации: *экзамен, курсовая работа*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>4</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение реферата и мультимедийной презентации по теме «Методические приемы проведения занятий АФВ с глухими и слабослышащими детьми»	25 -я неделя	10
2	Коллоквиум по разделу 2: Особенности организации и методики проведения занятий АФВ с незрячими детьми.	28-я неделя	10
3	Презентация по разделу 2 «Особенности организации и методики проведения занятий АФВ с незрячими детьми» и разделу 3 «Особенности организации и методики проведения занятий АФВ с детьми с нарушениями речи».	33-я неделя	10
4	Проведение коллоквиума по разделу «Особенности занятий неурочными формами АФК для детей с патологией зрения»	36-я неделя	10
5	Посещение занятий	Весь период	0,4*38=15
6	Курсовая работа		25
7	<b>Сдача экзамена</b>		20
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

<sup>4</sup> В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос по пропущенной теме	10
2	Реферат «Особенности занятий неурочными формами АФК для детей с патологией зрения»	10
3	Подготовка доклада с презентацией по пропущенной теме	30
4	Устный опрос по тематическому содержанию курса	20
5	Составление плана-графика занятий с детьми с сенсо-речевыми нарушениями на четверть	15
	<b>ИТОГО</b>	<b>85 баллов</b>

Для студентов заочной формы обучения

№	Виды текущего контроля	Максим. кол-во баллов
1	Устный опрос по разделу: «Физиологические механизмы компенсации при снижении или отсутствии слуха»	20
2	Контрольная работа по теме «Подвижные игры для детей с патологией слуха/ зрения»	10
3	Написание реферата по теме «Организация и методика проведения тренировочных занятий с глухими детьми и подростками»	10
4	Презентация по разделу «Восстановление спортивной работоспособности в адаптивном спорте лиц с нарушениями слуха»	10
5	Составление плана-графика занятий с детьми с сенсо-речевыми нарушениями на четверть	15
	Защита курсовой работы и сдача экзамена	15
	<b>ИТОГО</b>	<b>80 баллов</b>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

–Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий

из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

#### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

##### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

##### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

##### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт<sup>5</sup> Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивного физического воспитания**

**АННОТАЦИЯ**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.17 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с сенсо-  
речевыми нарушениями»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

(код и наименование)

Направленность (профиль)<sup>6</sup>: Адаптивное физическое воспитание

(наименование)

Уровень образования: академический бакалавриат

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва - 2018

<sup>5</sup> Указывается наименование института, экспертно-методический совет которого утверждает рабочую программу дисциплины (модуля).

<sup>6</sup> Если рабочая программа дисциплины (модуля) создается для нескольких направленностей (профилей) и имеет сходное содержание, то возможно перечисление направленностей (профилей), в рамках которых она реализуется, в том числе в случае ее реализации с использованием различных форм обучения.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 6 зачетных единиц, 216 академических часов по очной форме обучения, 3 зачетных единиц, 108 академических часов по заочной форме обучения

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 6 семестр для очной формы обучения и 8 семестр для заочной формы обучения.

3. Цель освоения дисциплины (модуля) «Б1.В.17 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с сенсо-речевыми нарушениями» является: : формирование профессиональных навыков бакалавра по адаптивному физическому воспитанию лиц с сенсорными и речевыми нарушениями, расширение профессионального мировоззрения о роли и месте АФВ в системе реабилитации и социальной интеграции лиц нарушениями слуха, зрения и речи.

Дисциплина реализуется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное обучение) <sup>7</sup>
1	2	3	4	5
<b>ПК-4</b>	Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний: ПК-4.1. Знает: - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и	6	8	

<sup>7</sup> Заполняется при наличии ускоренного обучения.



эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.

ПК-4.2. Умеет: - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.

ПК-4.3. Имеет опыт: - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на по развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов;

- разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.

## **5.Краткое содержание дисциплины (модуля):**

### очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Особенности организации и методики проведения занятий АФВ с глухими и слабослышащими детьми.</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>24</b>	<b>36</b>		
1.1.	Особенности физического и двигательного развития детей с патологией слуха	6	2	8	12		
1.2.	Организация занятий АФВ с глухими и слабослышащими.	6	4	8	12		
1.3.	Методические приемы проведения занятий АФВ с глухими и слабослышащими детьми	6	4	8	12		
<b>2</b>	<b>Раздел 2. Особенности организации и методики проведения занятий АФВ с незрячими детьми.</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>24</b>	<b>36</b>		
2.1.	Особенности физического и двигательного развития детей с патологией зрения	6	2	8	12		
2.2.	Организация занятий АФВ со слепыми и слабовидящими детьми	6	4	8	12		
2.3.	Методические приемы проведения занятий по АФВ со слепыми и слабовидящими детьми.	6	4	8	12		
<b>3</b>	<b>Раздел 3. Особенности организации и методики проведения занятий АФВ с детьми с нарушениями речи.</b>		<b>10</b>	<b>22</b>	<b>35</b>		
3.1.	Особенности физического и двигательного развития детей с патологией речи		2	6	10		

3.2.	Организация занятий АФВ с детьми с нарушениями речи.		4	8	12		
3.3.	Методические приемы проведения занятий АФВ с детьми с нарушениями речи.		4	8	13		
							курсовая работа
							Экзамен
<b>Итого часов: 216</b>			<b>30</b>	<b>70</b>	<b>107</b>	<b>9</b>	

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Особенности организации и методики проведения занятий АФВ с глухими и слабослышащими детьми.</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>24</b>	<b>36</b>		
1.1.	Особенности физического и двигательного развития детей с патологией слуха	8	2	8	12		
1.2.	Организация занятий АФВ с глухими и слабослышащими.	8	4	8	12		
1.3.	Методические приемы проведения занятий АФВ с глухими и слабослышащими детьми	8	4	8	12		
<b>2</b>	<b>Раздел 2. Особенности организации и методики проведения занятий АФВ с незрячими детьми.</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>24</b>	<b>36</b>		
2.1.	Особенности физического и двигательного развития детей с патологией зрения	8	2	8	12		
2.2.	Организация занятий АФВ со слепыми и слабовидящими	8	4	8	12		

	детьми						
2.3.	Методические приемы проведения занятий по АФВ со слепыми и слабовидящими детьми.	8	4	8	12		
<b>3</b>	<b>Раздел 3. Особенности организации и методики проведения занятий АФВ с детьми с нарушениями речи.</b>		<b>10</b>	<b>22</b>	<b>35</b>		
3.1.	Особенности физического и двигательного развития детей с патологией речи		2	6	10		
3.2.	Организация занятий АФВ с детьми с нарушениями речи.		4	8	12		
3.3.	Методические приемы проведения занятий АФВ с детьми с нарушениями речи.		4	8	13		
							<b>КР</b>
							<b>Экзамен</b>
<b>Итого часов:108</b>			<b>4</b>	<b>8</b>	<b>87</b>	<b>9</b>	

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт<sup>1</sup> Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.18 СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ  
В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)  
(код и наименование)

Направленность (профиль)<sup>2</sup>: Адаптивное физическое воспитание  
(наименование)

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

<sup>1</sup> Указывается наименование института, экспертно-методический совет которого утверждает рабочую программу дисциплины (модуля).

<sup>2</sup> Если рабочая программа дисциплины (модуля) создается для нескольких направленностей (профилей) и имеет сходное содержание, то возможно перечисление направленностей (профилей), в рамках которых она реализуется, в том числе в случае ее реализации с использованием различных форм обучения.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивной физической культуры  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г

Составитель: Рубцова Наталия Олеговна - кандидат педагогических наук,  
профессор кафедры теории и методики адаптивной физической культуры  
РГУФКСМиТ  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Б1.В.18 Спортивно-педагогическое обеспечение в адаптивном спорте» является: формирование у студентов научных знаний о механизмах сохранения и укрепления здоровья лиц с психофизическими отклонениями средствами адаптивной физической культуры, способах дозирования, учета и медико-биологического контроля, что позволяет грамотно оптимизировать физическую нагрузку, планировать учебный процесс и внеурочную спортивную деятельность детей.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Спортивно-педагогическое обеспечение в адаптивном спорте» является обязательной дисциплиной вариативной части модуля профильных дисциплин.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое обеспечение в адаптивном спорте» *предшествует* изучению следующих дисциплин:

- базовой части: «Физиология», «Спортивная физиология», «Анатомия», «Биологическая антропология», «Психология и педагогика», «Частная патология», «Специальная психология», «Биомеханика», «Теория и организация адаптивной физической культуры», «Специальная педагогика»;

- вариативной части: «Комплексная реабилитация больных и инвалидов», «Теоретико-методические основы адаптивного физического воспитания».

Освоение дисциплины «Спортивно-педагогическое обеспечение в адаптивном спорте» необходимо для последующего изучения дисциплин «Частные методики адаптивной физической культуры», прохождения преддипломной практики и практики НИР.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

код индикат ора (ов)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
----------------------------	--	--

	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное обучение) <sup>3</sup>
1	2	3	4	5
ПК-1	<p><i>Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</i></p> <p>ПК-1.1. Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ.</p> <p>- принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой;</p> <p>- порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;</p> <p>- формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций; - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в</p>	6	7	

<sup>3</sup> Заполняется при наличии ускоренного обучения.



<p>самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно- досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных мероприятий.</p> <p>ПК-1.3. Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастно-половых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп; - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; - контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.</p>			
--	--	--	--

#### **4. Структура и содержание дисциплины (модуля)**

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетных единиц, 144 академических часов.**

**Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Контроль в адаптивном физическом воспитании</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>26</b>		
1.1.	Особенности физического и двигательного развития детей с психофизическими отклонениями	6	2		10		
1.2.	Методы контроля в оздоровительной физической тренировке и при занятиях адаптивной физической культурой	6	2	2	8		
1.3.	Основы педагогического контроля в адаптивной физической культуре	6	2	4	8		
<b>2</b>	<b>Раздел 2. Физиологические основы здоровья. Физическая активность и ее роль в и укреплении здоровья.</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>16</b>	<b>24</b>		
2.1.	Методы оценки тренированности и уровня физического здоровья детей с отклонениями	6	2	4	7		
2.2.	Физическая подготовка детей, имеющих нарушения в состоянии здоровья	6	2	4	7		
2.3.	Методические приемы проведения занятий по АФВ с детьми в дошкольных учреждениях.	6	2	4	7		
2.4.	Методические приемы проведения занятий по АФВ с детьми в школьных образовательных организациях.	6	2	4	7		
<b>3</b>	<b>Раздел 3. Физиологические основы оздоровительной физической подготовки в адаптивной физкультуре</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>22</b>	<b>25</b>		

3.1.	Педагогические функции адаптивной физической культуры и способы их реализации.	6	1	4	5		
3.2.	Возрастные особенности реакции организма на оздоровительную нагрузку	6	1	4	5		
3.3.	Выбор индивидуально-оптимального режима оздоровительной тренировки в адаптивной физической культуре	6	1	4	5		
3.4.	Коррекция тренирующих воздействий с учетом медико-биологических нарушений.	6	1	4	5		
3.5.	Методические приемы проведения занятий АФВ с детьми из различных медицинских групп.	6	2	6	5		
						9	Экзамен
<b>Итого часов:</b>			<b>20</b>	<b>40</b>	<b>75</b>	<b>9</b>	

### Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетных единиц, 144 академических часов.**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Контроль в адаптивном физическом воспитании</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>31</b>		
1.1.	Особенности физического и двигательного развития детей с психофизическими отклонениями	7	2		10		
1.2.	Методы контроля в оздоровительной физической	7		2	11		

	тренировке и при занятиях адаптивной физической культурой						
1.3.	Основы педагогического контроля в адаптивной физической культуре	7			10		
<b>2</b>	<b>Раздел 2. Физиологические основы здоровья. Физическая активность и ее роль в и укреплении здоровья.</b>	<b>7</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>36</b>		
2.1.	Методы оценки тренированности и уровня физического здоровья детей с отклонениями	7		2	9		
2.2.	Физическая подготовка детей, имеющих нарушения в состоянии здоровья	7			9		
2.3.	Методические приемы проведения занятий по АФВ с детьми в дошкольных учреждениях.	7		2	9		
2.4	Методические приемы проведения занятий по АФВ с детьми в школьных образовательных организациях.	7	2	2	9		
<b>3</b>	<b>Раздел 3. Физиологические основы оздоровительной физической подготовки в адаптивной физкультуре</b>	<b>7</b>		<b>6</b>	<b>50</b>		
3.1.	Педагогические функции адаптивной физической культуры и способы их реализации.	7		2	10		
3.2.	Возрастные особенности реакции организма на оздоровительную нагрузку	7			10		
3.3.	Выбор индивидуально-оптимального режима оздоровительной тренировки в адаптивной физической культуре	7		2	10		
3.4.	Коррекция тренирующих воздействий с учетом медико-биологических нарушений.	7			10		
3.5	Методические приемы проведения занятий АФВ с детьми из различных медицинских групп.	7		2	10		

						<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>Итого часов: 144</b>			<b>4</b>	<b>14</b>	<b>117</b>	<b>9</b>	

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «Спортивно-педагогическое обеспечение в адаптивном спорте» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

**5.2.** Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое обеспечение в адаптивном спорте».

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Особенности спортивно-педагогического обеспечения в организациях общего образования, реализующих направления АФК.
2. Особенности спортивно-педагогического обеспечения в организациях дополнительного образования, реализующих направления АФК.
3. Спортивно-педагогическое обеспечение и организация АФК в условиях внеурочной деятельности.
4. Опишите главные критерии при выборе оптимального режима оздоровительной тренировки для конкретного человека с ОВЗ.
5. Дайте классификацию методов оценки тренированности.
6. Охарактеризуйте существующие подходы к количественной оценке физического здоровья детей с отклонениями.

### **Примерный перечень вопросов к экзамену:**

1. На каких физиологических механизмах основано оздоровительное действие адаптивных физических упражнений?
2. Охарактеризуйте биологические и социальные эффекты рациональной двигательной активности человека.
3. Перечислите важнейшие принципы здорового образа жизни и методы медико-биологического обеспечения при занятиях адаптивным спортом.
4. Охарактеризуйте оздоровительную эффективность различных видов двигательной активности.
5. Какие существуют способы организации оздоровительной двигательной активности? Сопоставьте их по эффективности.
6. Охарактеризовать ресурс информационно-методического обеспечения АФК.
7. Описать влияние оздоровительной тренировки на изменение иммунитета.
8. Виды и способы осуществления педагогического контроля в АФК.
9. Нормативно-правовые основания в АФК.
10. Материально-техническая составляющая спортивно-педагогической деятельности в АФК.
11. Особенности спортивно-педагогического обеспечения в организациях общего образования, реализующих направления АФК.
12. Особенности спортивно-педагогического обеспечения в организациях дополнительного образования, реализующих направления АФК.
13. Спортивно-педагогическое обеспечение и организация АФК в условиях внеурочной деятельности.
14. Кадры как спортивно-педагогический ресурс в АФК. Требования к их подготовке.
15. Перечислить физиологические принципы оздоровительной тренировки силы.

16. Перечислить физиологические принципы оздоровительной тренировки быстроты.
17. Перечислить физиологические принципы оздоровительной тренировки выносливости.
18. Дайте классификацию методов оценки тренированности.
19. Охарактеризуйте существующие подходы к количественной оценке физического здоровья населения.
20. Что такое мониторинг физического здоровья у лиц с ОВЗ и как он осуществляется
21. Выделите специфические особенности оздоровительной физической тренировки детей и подростков.
22. Выделите специфические особенности оздоровительной физической тренировки лиц среднего возраста.
23. Выделите специфические особенности оздоровительной физической тренировки пожилых людей.
24. Опишите главные критерии при выборе оптимального режима оздоровительной тренировки для конкретного человека с ОВЗ.
25. В чем состоят основные различия построения оздоровительной тренировки для мужчин и женщин с проблемами здоровья.
26. Планирование занятий АФК, его особенности и принципы построения.
27. Феномен выносливости и способы для определения уровня ее развития
28. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности.
29. Организационно-педагогические условия спортивной деятельности в адаптивной физической культуре.
30. Информационно-образовательная и пропагандистская деятельность в сфере адаптивного спорта.
31. Роль АФК в социализации лиц с ОВЗ.
32. Психолого-педагогическое сопровождение образовательного и тренировочного процесса в учреждениях спортивной направленности.
33. Особенности и методики адаптивной физической культуры с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами по зрению, слуху, речевым функциям.
34. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование лиц с ОВЗ.
35. Организация социально-сетевого взаимодействия в сфере физической культуры с лицами с ОВЗ.
36. Средства и методы адаптивной физической культуры в оптимизации работоспособности лиц с ОВЗ.
37. Теоретико-методологические основы адаптивной физической культуры.
38. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в АФК.
39. Проектирование адаптивных образовательных программ по физической культуре для лиц с ОВЗ и инвалидов.
40. Педагогические функции адаптивной физической культуры и способы их реализации.
41. ИПРА как методическая основа для спортивно-педагогической работы с инвалидом.
42. Разработка методики оценки физических возможностей и перспектив развития аномального ребенка.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

*а) Основная литература:*

1. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки : Общ. теория и ее практ. применение / В.Н. Платонов. - Киев: Олимп. лит., [2014]. - 623 с.
2. Речицкая Е.Г., Пузанов Б.П., Богданова Е.К. Психолого-педагогическое сопровождение лиц с нарушением слуха. Учебное пособие для ВУЗов. - Издательство: Прометей, 2012.
3. Панков О. Тренинги и игры для мышц глаз. Уникальные упражнения для восстановления зрения. - Издательство: Астрель, 2011.
4. Речицкая Е.Г., Пузанов Б.П., Богданова Е.К. Психолого-педагогическое сопровождение лиц с нарушением слуха. Учебное пособие для ВУЗов. - Издательство: Прометей, 2012.
5. Тупоногов Б.К. Организация коррекционно-педагогического процесса в школе для слепых и слабовидящих детей.-Издательство: ВЛАДОС, 2011.
6. Якубович М. Коррекция двигательных и речевых нарушений у детей с ТНР методами физического воспитания. - ВЛАДОС, 2017.

*б) Дополнительная литература:*

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Электронный ресурс] : учеб. пособие / ред.: С.П. Евсеев. — М. : Советский спорт, 2014. — 304 с.
2. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера : Наука побеждать / Озолин Николай Георгиевич. - М.: АСТ: Астрель: Полиграфиздат, 2011. - 863 с.
3. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в клубах инвалидов [Электронный ресурс] : [метод. рекомендации] / Н.А. Сладкова. — М. : Советский спорт, 2012. — 215 с.
4. Ермаков В. П., Якунин Г. А. Основы тифлопедагогики. Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения. Учебное пособие для ВУЗов. – м.: Владос, 2010.
6. Специальная педагогика : учеб. пособие для студентов пед. вузов : рек. УМО ВУЗов РФ по пед. образованию / под ред. Н.М. Назаровой. - 9-е изд., стер. - М.: Academia, 2009.
7. Специальная психология : учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений, обучающихся по дефектолог. специальностям : рек. умо по специальностям пед. образования / под ред. В.И. Лубовского. - 6-е изд., испр. и доп. - М.: Academia, 2009.
8. Шульпина, В.П. Дыхание детей и подростков с различным состоянием здоровья : (Аспекты диагностики и совершенствования) / В.П. Шульпина ; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта ; НИИ деятельности в экстрем. условиях. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2009.
9. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / Под общ.ред. проф. Л.В. Шапковой. – М.: Советский спорт, 2007.

10. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : [учебник] / С.П. Евсеев .— 2-е изд., стер. — Москва : Спорт, 2020 .— 617 с. — (Адаптивная физическая культура и спорт) . <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=734822>

в) *Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:*

1. <http://elibrary.ru/defaultx.asphttp://psyfactor.org/partners.htm>

2. <http://www.deafworld.ru/>

3. [www.permonline.ruhttp://elibrary.ru/defaultx.asphttp://psyfactor.org/partners.htm](http://www.permonline.ruhttp://elibrary.ru/defaultx.asphttp://psyfactor.org/partners.htm)

г) *Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:*

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>
- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования

<https://fgosvo.ru/>

- Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>
- Реестр профстандартов Минтруда РФ <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>
- Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>
- Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
- Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabcdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>
- Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>
- Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
- Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
- Координационные советы по областям образования <https://fgosvo.ru/ksumo/index>
- Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА <http://rusada.ru/>
- Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий <https://www.minsport.gov.ru/activity/government-regulation/edinyj-kalendarnyj-plan/>
- Государственная информационная система «Спорт» <https://sportrf.gov.ru/>



- Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>
- Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
- Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
- Адаптивная физическая культура <https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

#### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Для успешного формирования знаний по курсу «Спортивно-педагогическое обеспечение в адаптивном спорте» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая учебную аудиторию для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, самостоятельной работы, набор демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации (персональный компьютер с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду РГУФКСМиТ, проектор, экран, ученическую интерактивную доску), комплекты аудиторной мебели.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое обеспечение в адаптивном спорте» для обучающихся института Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 3, 4 курса, направления 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная физическая культура»

направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание

очной, заочной формы (м) обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 семестр (очная форма), 7 семестр (заочная форма).

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>4</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практического задания по теме «Методы контроля в оздоровительной физической тренировке и при занятиях адаптивной физической культурой»	25 -я неделя	10
2	Устный опрос по разделу 1 «Контроль в адаптивном физическом воспитании»	28-я неделя	10
3	Презентация по разделу 2 «Физиологические основы здоровья. Физическая активность и ее роль в и укреплении здоровья» и разделу 3 «Физиологические основы оздоровительной физической подготовки в адаптивной физкультуре».	33-я неделя	10
4	Выполнение практического задания по разделу «Физиологические основы оздоровительной физической подготовки в адаптивной физкультуре»	36-я неделя	10
5	Написание статьи по теме «Организация и методика проведения внеурочных занятий с детьми нарушениями в развитии»	40-я неделя	15
	Посещение занятий	Весь период	0,4*38=15
	<b>Сдача экзамена</b>		30
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

<sup>4</sup> В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	Опрос по пропущенной теме	10
2	Реферат «Особенности проведения тренировочных занятий в спортивно-адаптивной школе»	10
3	Подготовка доклада с презентацией по пропущенной теме	30
4	Устный опрос по тематическому содержанию курса	20
5	Составление плана-графика занятий с детьми с различными нарушениями на четверть и полугодие	15
	<b>ИТОГО</b>	<b>85 баллов</b>

Для студентов заочной формы обучения

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля</b>	<b>Максим. кол-во баллов</b>
1	Устный опрос по разделу: «Спортивно-педагогическое обеспечение урока в коррекционной школе»	20
2	Контрольная работа по теме «Способы определения объема нагрузок в процессе обучения детей разных возрастных групп и нарушений здоровья»	10
3	Презентация по разделу «Восстановление спортивной работоспособности в детей с нарушениями развития после заболевания или отсутствия»	15
4	Составление плана-графика занятий с детьми медицинской группы на четверть	10
	Сдача экзамена	15
	<b>ИТОГО</b>	<b>70 баллов</b>

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

–Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт<sup>5</sup> Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивного физического воспитания**

**АННОТАЦИЯ**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.18 Спортивно-педагогическое обеспечение в адаптивной физической культуре»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

(код и наименование)

Направленность (профиль)<sup>6</sup>: Адаптивное физическое воспитание

(наименование)

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва -2018

<sup>5</sup> Указывается наименование института, экспертно-методический совет которого утверждает рабочую программу дисциплины (модуля).

<sup>6</sup> Если рабочая программа дисциплины (модуля) создается для нескольких направленностей (профилей) и имеет сходное содержание, то возможно перечисление направленностей (профилей), в рамках которых она реализуется, в том числе в случае ее реализации с использованием различных форм обучения.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единиц, 144 академических часов по очной форме обучения, 4 зачетных единиц, 144 академических часов по заочной форме обучения

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 6 семестр для очной формы обучения и 7 семестр для заочной формы обучения.

Цель освоения дисциплины (модуля) «Б1.В.18 Спортивно-педагогическое обеспечение в адаптивном спорте» является: формирование у студентов научных знаний о механизмах сохранения и укрепления здоровья лиц с психофизическими отклонениями средствами адаптивной физической культуры, способах дозирования, учета и медико-биологического контроля, что позволяет грамотно оптимизировать физическую нагрузку, планировать учебный процесс и внеурочную спортивную деятельность детей.

Дисциплина реализуется на русском языке.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное обучение) <sup>7</sup>
1	2	3	4	5
ПК-1	<p><i>Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</i></p> <p>ПК-1.1. Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации</p>	6	7	

<sup>7</sup> Заполняется при наличии ускоренного обучения.

деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ.  
- принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой;  
- порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.

ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;  
- формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций; - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно- досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных мероприятий.

ПК-1.3. Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по

	<p>дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастнo-половых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп; - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; - контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.</p>			
--	--	--	--	--

#### 4.Краткое содержание дисциплины (модуля):

##### очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Контроль в адаптивном физическом воспитании</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>26</b>		
1.1.	Особенности физического и двигательного развития детей с психофизическими отклонениями	<b>6</b>	<b>2</b>		<b>10</b>		
1.2.	Методы контроля в оздоровительной физической тренировке и при занятиях адаптивной физической культурой	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>8</b>		
1.3.	Основы педагогического контроля в адаптивной физической культуре	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>8</b>		
<b>2</b>	<b>Раздел 2. Физиологические основы здоровья.</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>16</b>	<b>24</b>		



	<b>Физическая активность и ее роль в и укреплении здоровья.</b>						
2.1.	Методы оценки тренированности и уровня физического здоровья детей с отклонениями	6	2	4	7		
2.2.	Физическая подготовка детей, имеющих нарушения в состоянии здоровья	6	2	4	7		
2.3.	Методические приемы проведения занятий по АФВ с детьми в дошкольных учреждениях.	6	2	4	7		
2.4.	Методические приемы проведения занятий по АФВ с детьми в школьных образовательных организациях.	6	2	4	7		
<b>3</b>	<b>Раздел 3. Физиологические основы оздоровительной физической подготовки в адаптивной физкультуре</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>22</b>	<b>25</b>		
3.1.	Педагогические функции адаптивной физической культуры и способы их реализации.	6	1	4	5		
3.2.	Возрастные особенности реакции организма на оздоровительную нагрузку	6	1	4	5		
3.3.	Выбор индивидуально-оптимального режима оздоровительной тренировки в адаптивной физической культуре	6	1	4	5		
3.4.	Коррекция тренирующих воздействий с учетом медико-биологических нарушений.	6	1	4	5		
3.5.	Методические приемы проведения занятий АФВ с детьми из различных медицинских групп.	6	2	6	5		
						<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>Итого часов:</b>			<b>20</b>	<b>40</b>	<b>75</b>	<b>9</b>	

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Контроль в адаптивном физическом воспитании</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>31</b>		
1.1.	Особенности физического и двигательного развития детей с психофизическими отклонениями	7	2		10		
1.2.	Методы контроля в оздоровительной физической тренировке и при занятиях адаптивной физической культурой	7		2	11		
1.3.	Основы педагогического контроля в адаптивной физической культуре	7			10		
<b>2</b>	<b>Раздел 2. Физиологические основы здоровья. Физическая активность и ее роль в и укреплении здоровья.</b>	<b>7</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>36</b>		
2.1.	Методы оценки тренированности и уровня физического здоровья детей с отклонениями	7		2	9		
2.2.	Физическая подготовка детей, имеющих нарушения в состоянии здоровья	7			9		
2.3.	Методические приемы проведения занятий по АФВ с детьми в дошкольных учреждениях.	7		2	9		
2.4	Методические приемы проведения занятий по АФВ с детьми в школьных образовательных организациях.	7	2	2	9		
<b>3</b>	<b>Раздел 3. Физиологические основы оздоровительной</b>	<b>7</b>		<b>6</b>	<b>50</b>		

	<b>физической подготовки в адаптивной физкультуре</b>						
3.1.	Педагогические функции адаптивной физической культуры и способы их реализации.	<b>7</b>		<b>2</b>	<b>10</b>		
3.2.	Возрастные особенности реакции организма на оздоровительную нагрузку	<b>7</b>			<b>10</b>		
3.3.	Выбор индивидуально-оптимального режима оздоровительной тренировки в адаптивной физической культуре	<b>7</b>		<b>2</b>	<b>10</b>		
3.4.	Коррекция тренирующих воздействий с учетом медико-биологических нарушений.	<b>7</b>			<b>10</b>		
3.5	Методические приемы проведения занятий АФВ с детьми из различных медицинских групп.	<b>7</b>		<b>2</b>	<b>10</b>		
						<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>Итого часов: 144</b>			<b>4</b>	<b>14</b>	<b>117</b>	<b>9</b>	

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт<sup>1</sup> Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**  
**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.19 Оздоровительные технологии в реабилитации»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

(код и наименование)

Направленность (профиль)<sup>2</sup>: Адаптивное физическое воспитание

(наименование)

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

<sup>1</sup> Указывается наименование института, экспертно-методический совет которого утверждает рабочую программу дисциплины (модуля).

<sup>2</sup> Если рабочая программа дисциплины (модуля) создается для нескольких направленностей (профилей) и имеет сходное содержание, то возможно перечисление направленностей (профилей), в рамках которых она реализуется, в том числе в случае ее реализации с использованием различных форм обучения.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивной физической культуры  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Составители:

Рубцова Наталия Олеговна – кандидат педагогических наук, профессор,  
заведующая кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры  
ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ».

Дьячкова Юлия Львовна - кандидат педагогических наук, доцент кафедры  
теории и методики адаптивной физической культуры РГУФКСМиТ  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Оздоровительные технологии в реабилитации» является формирование у студентов системы теоретических знаний и практических навыков по организации учебно-воспитательной работы, способствующей сохранению и восстановлению здоровья у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Программа дисциплины «Оздоровительные технологии в реабилитации» относится к вариативной части профессионального цикла ООП.

Дисциплина «Оздоровительные технологии в реабилитации» взаимосвязана с дисциплинами гуманитарного, и профессионального цикла: «Физиология», «Общая патология», «Частная патология и терапия», «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций».

Освоение дисциплины «Оздоровительные технологии в реабилитации» предшествует и необходимо для изучения таких теоретических дисциплин профессионального цикла, его базовой части, как «Технологии АФВ лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата», «Технологии АДР лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата», «Технологии АФВ лиц с нарушениями психического развития», «Технологии АДР лиц с нарушениями психического развития», «Технологии АФВ лиц с сенсорными нарушениями», «Технологии АДР лиц с сенсорными нарушениями», «Технологии АФВ лиц с соматическими заболеваниями», «Технологии АДР лиц с соматическими заболеваниями», «Технологии АФВ в специальных медицинских группах», «Прикладные технологии АФВ», «Технологии АФВ лиц злоупотребляющих психоактивными веществами», «Здоровьесберегающие технологии».

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

код индикатора (об)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
---------------------	--	--

	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное обучение) <sup>3</sup>
1	2	3	4	5
<b>ПК-2</b>	<p>Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов:</p> <p>ПК-2.1. Знает: - законодательство по вопросам образования, опеки попечительства несовершеннолетних, дополнительных гарантиях, социальной поддержке детей- сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, социального обслуживания детей- инвалидов и другая нормативно-правовая документация в области оказания психологической, педагогической, реабилитационной помощи несовершеннолетним, законодательство в области защиты персональных данных; - педагогические закономерности организации образовательного процесса; - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - состав испытаний, тестов для всех гендерных и возрастных групп, включая контрольные показатели испытаний, тестов и их нормативные значения.</p> <p>ПК-2.2. Умеет: - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно- познавательную деятельность; -</p>	6	10	

<sup>3</sup> Заполняется при наличии ускоренного обучения.

	<p>планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений; - определять готовность реабилитанта к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации.</p> <p>ПК-2.3. Имеет опыт: - разработки плана проведения занятия по адаптивной физической культуре по программам адаптивного физического воспитания, индивидуального плана физической реабилитации инвалида; - разработки и утверждения графиков проведения тестирования с периодичностью, установленной нормативными правовыми актами; - составления рекомендаций инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях.</p>			
--	---	--	--	--

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетных единицы, 144 академических часа.**

##### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Оздоровительные технологии в реабилитации как наука об индивидуальном здоровье	6	2	4	8		
2	Иммунитет и способы его повышения	6	2	6	8		
3.	Основы оздоровительного питания	6	2	4	8		
4.	Апитерапия. Нетрадиционные методы коррекции и оздоровления	6	2	6	12		



5	Действие воды на организм	6	2	6	8		
6	Очищающие и закаливающие водные процедуры	6	2	4	12		
7.	Лечебное воздействие дыхательной гимнастики	6	4	6	7		
8.	Восточные дыхательные гимнастики	6	4	6	10		
						9	Экзамен
<b>Итого часов: 144</b>			<b>20</b>	<b>42</b>	<b>73</b>	<b>9</b>	

### Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единиц, 144 академических часов.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Оздоровительные технологии в реабилитации как наука об индивидуальном здоровье	10	2		15		
2	Иммунитет и способы его повышения	10		2	15		
3.	Основы оздоровительного питания	10		2	15		
4.	Апитерапия. Нетрадиционные методы коррекции и оздоровления	10		2	15		
5	Действие воды на организм	10		2	15		
6	Очищающие и закаливающие водные процедуры	10			15		
7.	Лечебное воздействие дыхательной гимнастики	10		2	15		
8.	Восточные дыхательные гимнастики	10		2	26		
						9	Экзамен
<b>Итого часов: 144</b>			<b>2</b>	<b>12</b>	<b>121</b>	<b>9</b>	

## 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «*Оздоровительные технологии в реабилитации*».

(Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «*Оздоровительные технологии в реабилитации*».

### Вопросы для самостоятельной работы:

1. Способы нейтрализации ядовитого меда.
2. Бытовые отравления.
3. Пищевые токсикоинфекции. Ботулизм.
4. Оздоровление живой и мертвой водой.
5. Фольклор (поговорки, пословицы, легенды, рассказы), раскрывающий особенности русской бани.
6. Составить комплекс дыхательных упражнений по А.Н. Стрельниковой для лиц различного возраста (нозологическая – на выбор).
7. Зарубежный опыт (Китай, Корея, Япония, Монголия) по организации, методикам и особенностям проведения занятий Цигун-гимнастикой и гимнастикой тайцзицюань лицами пожилого возраста
8. Способы приготовления гомеопатических препаратов.
9. Использование ароматических масел во время беременности. Факторы, влияющие на стоимость ароматического масла.
10. Отрицательное воздействие влияния магнитов на организм.
11. Цветовая диета.
12. Понятие о теории пяти первоэлементов.
13. Применение теории пяти первоэлементов в акупунктуре.
14. Комплексная оценка физического здоровья.
15. Средства и способы повышения иммунитета.
16. Система Ниши. Шесть правил исцеления по системе Ниши.
17. Средства уменьшения биологического возраста с помощью специального питания.
18. Питание для очищения организма.
19. Средства защиты человеческого организма от загрязненных токсическими веществами продуктов питания.
20. Виды лечебных ванн. Лечебные свойства ванны со скипидаром (залмановские ванны).
21. Талассотерапия – виды и принципы применения.
22. История, традиции и обычаи русской бани.
23. Особенности проведения закаливающих процедур в детских дошкольных специальных учреждениях.

24. Лечебное воздействие гимнастики А.Н. Стрельниковой. Основной комплекс дыхательных упражнений.
25. Метод волевой ликвидации глубокого дыхания (МЛГД) К.П. Бутейко.
26. Влияние занятий Цигуном на морфо-функциональное и физическое развитие человека.
27. Виды ядовитых лекарственных растений.
28. Диагностика заболеваний с помощью металла.
29. Особенности сезонов года и их влияние на организм человека.
30. Теоретические аспекты восточной рефлексотерапии. История метода.
31. Электропунктура.
32. Вспомогательные приемы акупрессуры.
33. Принципы сочетания акупунктурного и медикаментозного лечения.

#### Вопросы к экзамену.

1. Раскройте основную роль и значение системы знаний по оздоровительным технологиям для реабилитации лиц с ограниченными возможностями.
2. Средства и методы экспресс-оценки уровня здоровья.
3. Перечислите факторы положительного и отрицательного воздействия на здоровье.
4. Система коррекции уровня здоровья.
5. Роль иммунитета в состоянии здоровья. Виды иммунитета.
6. Факторы, ослабляющие работу иммунной системы. Способы повышения иммунитета.
7. Основные правила оздоровительного питания.
8. Особенности питания для очищения организма.
9. Голодание. Виды голодания и их отличительные особенности.
10. Практика голодания: предварительная подготовка, вход, правильное проведение, выход.
11. Вегетарианство и сыроедение – сходства и различия.
12. Первая помощь при пищевых отравлениях.
13. Использование меда в лечебных целях при заболеваниях органов дыхания.
14. Методика использования меда при гиперацидном и гипоацидном гастритах.
15. Особенности применения меда в лечебных целях у детей.
16. Показания к применению воды в лечебных целях.
17. Избыток воды в организме и обезвоживание. Причины и механизмы возникновения.
18. Свойства и способы приготовления талой воды.
19. Цели SPA-процедур, особенности проведения SPA-процедуры в домашних условиях.
20. Виды и техника обертывания.
21. Виды лечебных ванн. Использование эфирных масел для ванн.
22. Методика проведения обливания и обтирания.

23. Особенности проведения закаливающих процедур с детьми.
24. Рекомендации при проведении закаливающих процедур в зависимости от вида закаливания.
25. Охарактеризуйте влияние бани на органы и системы человека.
26. Рекомендации по использованию баней (подготовка к бане, охлаждение после парной, водные процедуры, питьевой режим др.).
27. Значение бани для профилактики заболеваний и закаливания организма.
28. Сходства и различия между сауной и русской баней.
29. Принцип метода волевой ликвидации глубокого дыхания (МЛГД) К.П. Бутейко.
30. Лечебное воздействие гимнастики А.Н. Стрельниковой. Основной комплекс дыхательных упражнений.
31. Принцип освоения дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой. Показания к использованию гимнастики.
32. Сходства и различия дыхательных методик К.П. Бутейко и А.Н. Стрельниковой.
33. Восточная оздоровительная дыхательная гимнастика Цигун – история, традиции, опыт.
34. Структура и содержание Цигун-гимнастики.
35. Особенности выполнения статических упражнений Цигун-гимнастики лицами пожилого возраста.
36. Дозирование нагрузок при занятиях Цигуном.
37. Понятие о китайской гимнастике тайцзицюань. Лечебно-оздоровительное воздействие гимнастики тайцзицюань на основные системы организма.
38. Преимущества и недостатки использования лекарственных растений для профилактики и лечения заболеваний.
39. Перечислите лекарственные и пищевые растения, применяемые при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
40. Гомеопатия как вид фитотерапии.
41. Особенности применения ароматических масел во время беременности.
42. Приготовление и использование масел для различных видов массажа
43. Перечислите аромомасла, используемые для ингаляций.
44. Лечебное воздействие цвета на основные органы и системы организма.
45. Влияние северного и южного полюса магнита на работу органов и систем организма.
46. Абсолютные и относительные противопоказания к магнитотерапии.
47. Лечебные свойства металлов. Влияние серебра и золота на нервную систему.
48. Дайте характеристику эмоциональному биоритму. Длительность цикла. Критические дни.
49. Физический биоритм. Правила поведения во второй половине цикла.
50. Особенности сезонов года и их влияние на организм человека.

- 51.Современные представления о лечебном действии методов традиционной медицины.
- 52.Пульсовая и акупунктурная диагностика состояния организма.
- 53.Лечебные свойства точек акупунктуры. Характеристика каналов.
54. Понятие о теории пяти первоэлементов.
- 55.Виды акупунктуры. Их характеристика.
- 56.Цубо-терапия. Су-джок-терапия. Шиат-цу. Мокеа.
- 57.Показания и противопоказания к рефлексотерапии.
- 58.Методы и приемы акупрессуры.
- 59.Вспомогательные приемы акупрессуры.

#### Тестовые и ситуационные задачи

1. Девочка, 7 лет, ослабленное зрение, сколиоз I степени, острый бронхит. Предложите программу оздоровления ребенка и профилактики возможных осложнений с учетом имеющихся заболеваний.
2. Мужчина, 48 лет, художник, хронический бронхит, курит 25 лет. Предложите программу профилактики возможных осложнений с учетом имеющихся заболеваний.
3. Юноша, 19 лет, студент, астенического телосложения, гиперацидный гастрит (с повышенной кислотностью). Назовите возможные причины заболевания и предложите программу профилактики возможных осложнений с учетом рода деятельности пациента.
4. Юноша, 23 года, офис-менеджер, гипоацидный гастрит (с пониженной кислотностью). Назовите возможные причины заболевания и предложите программу профилактики возможных осложнений с учетом рода деятельности пациента
5. Женщина, 54 года, домохозяйка, гипертоническая болезнь I-степени. Назовите возможные причины заболевания и предложите программу профилактики возможных осложнений с учетом возраста, имеющихся заболеваний и рода деятельности пациента.
6. Девушка, 21год, студентка, через 3 месяца - сдача государственных экзаменов. Предложите оптимальную программу подготовки с использованием комплекса средств оздоровительных технологий.
7. Женщина, 56 лет, избыточная масса тела, варикозное расширение вен. Назовите возможные причины заболевания и предложите программу профилактики возможных осложнений с учетом возраста и имеющихся заболеваний.

8. Мужчина, 57 лет, водитель трамвая, стаж курения 30 лет. С 45 лет наблюдаются признаки гипотонии. С 53 лет имеет варикозное расширение вен. Назовите причины, клинические проявления и программу профилактики и коррекции имеющихся проявлений.
9. Девушка, 23 года, избыточная масса тела, сколиотическая болезнь, частые приступы мигрени. Каковы причины и программа коррекции имеющегося состояния.
10. Девушка, 17 лет, учащаяся, затянувшийся период пониженного настроения, отказа от еды, переговоров с родственниками. Выявлена аллергия на цитрусовые и шоколад. Назовите причины данного состояния и предложите оптимальную программу выхода из него, согласно возрасту и имеющимся заболеваниям.
11. Мальчик, 9 лет, относится к группе ЧБД, остаточные явления пневмонии. Назовите причины и клинические проявления заболеваний, предложите программу скорейшего восстановления и повышения иммунитета ребенка.
12. Пожилая женщина, 75 лет, перелом шейки бедра. Находится в стационаре. Пессимистичный настрой на выздоровление. Как родственникам бороться с осложнениями?
13. Мужчина 48 лет, хронический панкреатит, I степень сахарного диабета (неинсулинозависимый), гипертоническая болезнь I степени. Приглашен в ресторан на празднование юбилея выпускников. Предложите праздничное меню на вечер.
14. Мальчик, 6 лет, остаточные явления острого бронхита, ночной энурез. Назовите возможные причины заболевания и предложите программу профилактики осложнений с учетом возраста и имеющихся заболеваний пациента.
15. Молодая женщина, 33 года, нормального телосложения, имеет 2-х детей, признаки целлюлита. Какую комплексную программу борьбы можете предложить?
16. Молодой человек, 25 лет, разработчик компьютерных игр. Хронический цистит. Жалобы на частые головные боли в затылке. Назовите возможные причины заболевания и предложите программу профилактики осложнений с учетом возраста, имеющихся заболеваний и рода деятельности пациента.
17. Пожилой мужчина 78 лет, бывший спортсмен, активен, перенес инфаркт миокарда 6 месяцев назад. Назовите возможные причины заболевания и предложите программу продления активного долголетия и профилактики

возможных осложнений с учетом возраста, имеющихся заболеваний и рода деятельности пациента.

18. Мальчик, 5 лет, легкая степень спастической формы ДЦП, ослаблен, плохой сон. Назовите возможные причины заболевания и предложите программу коррекции имеющегося состояния пациента.

19. Брат и сестра, 14 и 8 лет соответственно, занимаются плаванием. Составьте программу профилактики простудных заболеваний в осенне-зимний период с использованием нефармакологических средств и учетом тренировочного процесса

20. Женщина, 47 лет, главный бухгалтер крупного предприятия, замужем, курит. Астенический тип телосложения, темперамент – преимущественно холерик, неблагоприятная ситуация в семье. Физическое и психо-эмоциональное состояние - после годового финансового отчёта. Нужна помощь.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### *а) Основная литература:*

1. Белов В.И., Михайлович Ф.Ф. Валеология: молодость, красота, долголетие. – М.: Недра Коммюникайшенс Лтд, 1999.
2. Ваше тело просит воды/ Авт.-сост. С.П.Евдокимова. – М.: АСТ, 2006.
3. Лечебные свойства бани. Лечение. Похудение. Омоложение. Очищение. Закаливание: Справочник/ сост. В.И. Рыженко. – М.: Издательство оникс, 2006.
4. Мазнев Н. Вода – природный целитель. – М.: ООО ИКТЦ «ЛАДА», ООО «АСС-Центр», 2005.
5. Малахов Г.П. Основы здоровья. – М.: ИКЦ «Март», Ростов н/Д: Издательский центр «Март», 2003.
6. Покровский Б. Мед – наш природный целитель. – М.: ООО ИКТЦ «ЛАДА», ООО «АСС-Центр», 2005.
7. Руженкова И.В. Основы фитотерапии. - Ростов н/ д: «Феникс», 2005.
8. Щетинин М.Н. Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. – М.: Метафора, 2005.

### *Дополнительная литература:*

1. Валджи Х. Ароматерапия. Ростов н/ д: «Феникс», 1997.
2. ВэйСинь У. Лечение металлами. – 2-е изд. – СПб.: Издательский дом «Нева». 2004.
3. Лечение серебром/ Авт.-сост. Л.Смирнова. – М.: АСТ; Мн.: Харвест, 2005.
4. Вилунас Ю. Естественная медицина: здоровье, молодость, активное долголетие без лекарств. - СПб.: ИК "Невский проспект", 2002. - 160 с. - (Серия "Истоки здоровья").
5. Вэйсинь У. Секреты цигунтерапии. - СПб.: Издательский Дом "Нева"; М.: "ОЛМА-ПРЕСС", 2000, - 228 с. - (Серия "Китайская медицина").
6. Празников В.П. Закаливание детей дошкольного возраста. - 2-е изд., перераб. и доп. - Л.: Медицина, 1988. - 224 с, ил. - (Б-ка практич.врача).

7. Тилл М. Целебная сила дыхания: Пер. с нем. И.В. Чистякова. - М.: 000 "Пошгури", 2002. - 128 с, ил. - (Серия "Здоровье в любом возрасте").

При использовании электронных изданий каждый обучающийся во время самостоятельной работы обеспечен рабочим местом с выходом в Интернет в соответствии с объемом изучаемой дисциплин и необходимым комплектом лицензионного программного обеспечения.

8. Основы физической реабилитации : учебник / А.Н. Налобина, Т.Н. Фёдорова, И.Г. Таламова, Н.М. Курч; ред. А.Н. Налобина; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта .— Омск : Изд-во СибГУФК, 2017 .— 329 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=640959>

9. Рипа, М. Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие для вузов / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 158 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/514910>

*в)Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:*

1. <http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>

*г). Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:*

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

*- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- ЭБС ЮРАЙТ <https://urait.ru/library/uchebniki-dlya-vuzov/po-ugs/49-00-00-fizicheskaya-kultura-i-sport/49-03-02-fizicheskaya-kultura-dlya-lic-s-otkloneniymi-v-sostoyanii-zdorovya-adaptivnaya-fizicheskaya-kultura>
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>
- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <https://fgosvo.ru/>
- Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>
- Реестр профстандартов Минтруда РФ <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy->



[blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/](http://blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/)

- Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>
- Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
- Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--plai/>
- Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>
- Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
- Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
- Координационные советы по областям образования

<https://fgosvo.ru/ksumo/index>

- Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА <http://rusada.ru/>
- Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
- Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий <https://www.minsport.gov.ru/activity/government-regulation/edinyj-kalendarjnyj-plan/>
- Государственная информационная система «Спорт» <https://sportrf.gov.ru/>
- Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>
- Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
- Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
- Адаптивная физическая культура <https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Для успешного формирования знаний по дисциплине «*Оздоровительные технологии в реабилитации*» при освоении ООП ВПО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, практической и научно-исследовательской работы обучающихся, предусмотренной учебным планом вуза и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

Перечень необходимого материально-технического обеспечения для успешного формирования знаний по дисциплине «*Оздоровительные технологии в реабилитации*» включает в себя специальное оборудование, медицинский кабинет, обеспечивающие изучение технологических процессов в соответствии с реализуемой вузом основной образовательной программой и изучаемой дисциплиной, а также базовую кафедру с соответствующим инвентарём и оборудованием.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Оздоровительные технологии в реабилитации» для обучающихся института Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 3 курса, направления 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная физическая культура»*

*направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание*

*очной, заочной формы (м) обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики адаптивной физической культуры.*

Сроки изучения дисциплины (модуля): *6 семестр (очная форма), 10 семестр (заочная форма).*

Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1	<i>Выполнение практического задания по теме «Оздоровительные технологии в реабилитации как наука об индивидуальном здоровье»</i>	<i>2-я неделя</i>	<i>12</i>
2	<i>Выполнение практического задания по теме: «Питание как лекарство»</i>	<i>4-я неделя</i>	<i>20</i>
3	<i>Выполнение практического задания по теме: «Нетрадиционные методы коррекции и оздоровления»</i>	<i>2-я неделя</i>	<i>20</i>
4	<i>Выполнение практического задания по теме: «Лечебное воздействие дыхательной гимнастики»</i>	<i>-39-я недели</i>	<i>20</i>
5	<b>Посещение занятий</b>	<b>есь период</b>	<i>0,5*36=18</i>
6	<i>Сдача экзамена</i>		<i>10</i>
<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>	

#### Заочная форма

	Виды текущего контроля (в первом семестре)	Количество баллов
--	--	-------------------

№		
1	Выполнение практического задания по теме «Оздоровительные технологии в реабилитации как наука об индивидуальном здоровье»	12
2	Выполнение практического задания по теме: «Питание как лекарство»	20
3	Выполнение практического задания по теме: «Нетрадиционные методы коррекции и оздоровления»	20
4	Выполнение практического задания по теме: «Лечебное воздействие дыхательной гимнастики»	20
5	<b>Посещение занятий</b>	0,5*36=18
6	Сдача экзамена	10
	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля	Количество баллов
1.	Реферат на тему «Очищающие и закаливающие водные процедуры»	10
2.	Презентация по вопросам на самоподготовку	15
3.	Разработка комплекса упражнений по оздоровлению	20

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

–Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
-----------------	-----	-------	-------	-------	-------	--------

Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт<sup>4</sup> Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивного физического воспитания**

**АННОТАЦИЯ**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.19 Оздоровительные технологии в реабилитации»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)  
(код и наименование)

Направленность (профиль)<sup>5</sup>: Адаптивное физическое воспитание  
(наименование)

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018г.

<sup>4</sup> Указывается наименование института, экспертно-методический совет которого утверждает рабочую программу дисциплины (модуля).

<sup>5</sup> Если рабочая программа дисциплины (модуля) создается для нескольких направленностей (профилей) и имеет сходное содержание, то возможно перечисление направленностей (профилей), в рамках которых она реализуется, в том числе в случае ее реализации с использованием различных форм обучения.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единицы, 144 академических часов по очной форме обучения, 4 зачетных единицы, 144 академических часов по заочной форме обучения

1. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 6 семестр для очной формы обучения и 10 семестр для заочной формы обучения.

## 2. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Оздоровительные технологии в реабилитации» является формирование у студентов системы теоретических знаний и практических навыков по организации учебно-воспитательной работы, способствующей сохранению и восстановлению здоровья у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное обучение) <sup>6</sup>
1	2	3	4	5
<b>ПК-4</b>	ПК-4.1. Знает: - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.	6	10	

<sup>6</sup> Заполняется при наличии ускоренного обучения.

ПК-4.2. Умеет: - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.

ПК-4.3. Имеет опыт: - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов;

- разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.

#### **4. Краткое содержание дисциплины (модуля):**

##### **очная форма обучения**



№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Оздоровительные технологии в реабилитации как наука об индивидуальном здоровье	6	2	4	8		
2	Иммунитет и способы его повышения	6	2	6	8		
3.	Основы оздоровительного питания	6	2	4	8		
4.	Апитерапия. Нетрадиционные методы коррекции и оздоровления	6	2	6	12		
5	Действие воды на организм	6	2	6	8		
6	Очищающие и закаливающие водные процедуры	6	2	4	12		
7.	Лечебное воздействие дыхательной гимнастики	6	4	6	7		
8.	Восточные дыхательные гимнастики	6	4	6	10		
						9	Экзамен
<b>Итого часов: 144</b>			<b>20</b>	<b>42</b>	<b>73</b>	<b>9</b>	

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Оздоровительные технологии в реабилитации как наука об индивидуальном здоровье	10	2		15		

2	Иммунитет и способы его повышения	10		2	15		
3.	Основы оздоровительного питания	10		2	15		
4.	Апитерапия. Нетрадиционные методы коррекции и оздоровления	10		2	15		
5	Действие воды на организм	10		2	15		
6	Очищающие и закаливающие водные процедуры	10			15		
7.	Лечебное воздействие дыхательной гимнастики	10		2	15		
8.	Восточные дыхательные гимнастики	10		2	26		
						9	Экзамен
<b>Итого часов: 144</b>			2	12	121	9	

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

*«Б1.В.20 «Организация физкультурно-массовой работы среди лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья»*  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института ТРРиФ \_\_\_\_\_  
Протокол № 66 от «26» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составители:

Щербинина Юлия Львовна – к.п.н., доцент ТИМ АФК

Мелихов Виталий Вячеславович - к.п.н., доцент ТИМ АФК \_\_\_\_\_

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент: Громова О.В. – к.п.н., доцент ТИМ АФК

\_\_\_\_\_  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целями освоения дисциплины (модуля) *«Организация физкультурно-массовой работы среди лиц имеющих отклонения в состоянии здоровья»* является освоение студентами знаний, методических и практических умений и навыков, направленных на сохранение и укрепление здоровья на основе двигательной активности у различных групп населения, имеющих отклонения в состоянии здоровья и инвалидов различных нозологий, с учетом пола, возраста, функционального состояния и уровня их подготовленности, преимущественно в сфере оказания физкультурно-оздоровительных услуг.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

*Дисциплина «Организация физкультурно-массовой работы среди лиц имеющих отклонения в состоянии здоровья»* является обязательной дисциплиной вариативной части модуля профильных дисциплин.

*Дисциплина «Организация физкультурно-массовой работы среди лиц имеющих отклонения в состоянии здоровья»* взаимосвязана с дисциплинами профессионального цикла вариативной части: *«Теоретико-методические основы адаптивного физического воспитания»*, *«Технологии адаптивного физического воспитания лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата»*, *«Технологии адаптивного физического воспитания лиц с соматическими заболеваниями»*, *«Технологии адаптивного физического воспитания лиц с сенсо-речевыми нарушениями»*, *«Адаптивный спорт»*, *«Инклюзивные программы адаптивной физической культуры»*.

Освоение дисциплины *«Организация физкультурно-массовой работы среди лиц имеющих отклонения в состоянии здоровья»* предшествует и необходимо для изучения таких теоретических дисциплин профессионального цикла вариативной части, как *«Подвижные игры»*, *«Технологии организации спортивно-зрелищных мероприятий»*, *«Настольные игры в адаптивной физической культуре»*, *«Аэробика»*, *«Здоровьесберегающие технологии в адаптивной физической культуре»*.

## **3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

1. Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	7		9
ПК-1.1.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании;</li> <li>- современные методики организации занятий специальным знаниям адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ;</li> <li>- принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой;</li> <li>- порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.</li> </ul>	7		9
ПК-1.2.	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;</li> <li>- формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций;</li> <li>- планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида;</li> <li>- демонстрировать элементы техники выполнения</li> </ul>	7		9

	<p>упражнений в самостраховке, страховке;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре;</li> <li>- осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения корректировке планов названных</li> </ul>			
ПК-1.3.	<p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастнополовых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп;</li> <li>- проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания;</li> <li>- контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.</li> </ul>	7		9
<b>УК-8</b>	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	7		9
УК-8.2.	Умеет оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности и принимать меры по ее предупреждению.	7		9
УК-8.3.	Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и в профессиональной деятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества.	7		9
УК-8.4.	Владеет навыками по применению основных методов	7		9

защиты в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.			
---	--	--	--

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часа.**

##### Очная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Раздел 1. Организация и управление физкультурно-массовым движением.</b>	7	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>8</b>		
<b>Тема 1.1.</b> Введение в предмет физкультурно-массовая работа.	7	2	2	2		
<b>Тема 1.2.</b> Государственная структура организации и управления физкультурно-массовой работой.	7	2		2		
<b>Тема 1.3.</b> Структура общественных организаций управления физкультурно-массовой работой.	7			2		
<b>Тема 1.4.</b> Организация адаптивного спорта в мировом сообществе	7		2	2		
<b>Раздел 2. Организация физкультурно-массовой работы в школе.</b>	7	<b>6</b>	<b>16</b>	<b>12</b>		
<b>Тема 2.1.</b> Физкультурно-массовая работа в режиме дня школьников.	7	2	4	4		



<b>Тема 2.2.</b> Организация внеклассной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.	7	2	4	4		
<b>Тема 2.3.</b> Общешкольные физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.	7	2	4	2		
<b>Тема 2.4.</b> Организация физкультурно-массовой работы в детских лагерях отдыха.	7		4	2		
<b>Раздел 3. Организация физкультурно-массовой работы в специализированных учреждениях.</b>	7	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>10</b>		
<b>Тема 3.1.</b> Организация работы в физкультурно-спортивных клубах инвалидов.	7	2	2	2		
<b>Тема 3.2.</b> Организация работы в спортивной школе инвалидов.	7	2	2	4		
<b>Тема 3.3.</b> Организация оздоровительного туризма.	7		2	2		
<b>Тема 3.4.</b> Организация и проведение спортивно-игровых программ.	7		2	2		
<b>Итого: 72</b>		<b>14</b>	<b>28</b>	<b>30</b>		<b>Зачет</b>

**Заочная форма обучения**

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Раздел 1. Организация и управление физкультурно-массовым движением.</b>	9	2	2	12		
<b>Тема 1.1.</b> Введение в предмет физкультурно-массовая работа.	9	2		2		
<b>Тема 1.2.</b> Государственная структура организации и управления физкультурно-массовой работой.	9		2	2		
<b>Тема 1.3.</b> Структура общественных организаций управления физкультурно-массовой работой.	9			2		
<b>Тема 1.4.</b> Организация адаптивного спорта в мировом сообществе	9			6		
<b>Раздел 2. Организация физкультурно-массовой работы в школе.</b>	9		4	24		
<b>Тема 2.1.</b> Физкультурно-массовая работа в режиме дня школьников.	9		2	6		
<b>Тема 2.2.</b> Организация внеклассной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.	9		2	6		
<b>Тема 2.3.</b> Общешкольные физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.	9			6		
<b>Тема 2.4.</b> Организация физкультурно-массовой работы в детских лагерях отдыха.	9			6		

<b>Раздел 3. Организация физкультурно-массовой работы в специализированных учреждениях.</b>	9		2	26		
<b>Тема 3.1.</b> Организация работы в физкультурно-спортивных клубах инвалидов.	9		2	4		
<b>Тема 3.2.</b> Организация работы в спортивной школе инвалидов.	9			4		
<b>Тема 3.3.</b> Организация оздоровительного туризма.	9			4		
<b>Тема 3.4.</b> Организация и проведение спортивно-игровых программ.	9			14		
<b>Итого: 72</b>		2	8	62		<b>Зачет</b>

**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Организация физкультурно-массовой работы среди лиц с отклонениями в состоянии здоровья».**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «Организация физкультурно-массовой работы среди лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

**Примерная тематика рефератов и курсовых работ:**

1. Социальная роль физкультурно-массовой работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
2. Общественные организации инвалидов. Цели. Задачи. Права и ответственность.
3. Физкультурно-массовая работа как основа для формирования здорового образа жизни.

4. Физкультурно-массовая работа физкультурно-спортивного клуба инвалидов.
5. Физкультурно-массовая деятельность Министерства спорта.
6. Социально-педагогические технологии физкультурно-массовая работы с лицами с отклонениями в состоянии здоровья.
7. Физкультурно-массовая работа с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья общественных организаций.
8. Организация безопасности во время физкультурно-массовых мероприятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
9. Осуществление контроля и самоконтроля во время физкультурно-массовых мероприятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
10. Организация физкультурно-массовой работы в детских лагерях отдыха со школьниками, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
11. Организация физкультурно-массовых мероприятий со школьниками, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
12. Организация туристического похода, с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

#### **Примерный перечень вопросов к зачету:**

1. Особенности организации игр для детей и взрослых.
2. Организация анимационных программ для различных возрастно-половых и нозологических групп.
3. Роль и место физкультурно-массовой работы в адаптивной физической культуре, формировании здорового образа жизни.
4. Значение понятия «здоровье» в применении к лицам с отклонениями в состоянии здоровья.
5. Характеристика образа жизни лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
6. Понятие «здоровый образ жизни» в применении к лицам с отклонениями в состоянии здоровья.
7. Факторы здорового образа жизни.
8. Понятие «физкультурно-массовая работа», её цель и задачи с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
9. Роль, место и деятельность Министерства спорта с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
10. Структура, роль и место общественных организаций в управлении физкультурно-массовой работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
11. Роль, место и деятельность ОКР с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
12. Деятельность спортивных федераций в отношении к лицам с отклонениями в состоянии здоровья.

13. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня школы со школьниками, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
14. Организация контроля и самоконтроля во время физкультурно-массовых мероприятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
15. Внеклассные физкультурно-массовые мероприятия со школьниками, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
16. Общешкольные физкультурно-массовые мероприятия со школьниками, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
17. Организация соревнований и спортивных праздников в школе с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
18. Меры безопасности во время проведения физкультурно-массовых мероприятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
19. Режим дня в детских лагерях отдыха.
20. Физкультурно-массовые мероприятия в лагерях отдыха с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
21. Формы и организация туристической работы в лагере с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
22. Деятельность ФСКИ, её цели и задачи. Структура ФСКИ.
23. Содержание и разработка индивидуальной программы физической реабилитации.
24. Деятельность спортивных школ инвалидов, цели и задачи.
25. Психо-педагогические возможности оздоровительного туризма.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Понятие «образ жизни».
2. Понятие «здоровье» в применении к лицам с отклонениями в состоянии здоровья.
3. Понятие «здоровый образ жизни» по отношению к инвалидам.
4. Физкультурно-массовая деятельность в системе государственных организаций.
5. Физкультурно-массовая деятельность в системе общественных организаций.
6. Спортивный клуб инвалидов. Структура и содержание работы.
7. Физкультурно-массовая деятельность в школе.
8. Физкультурно-массовая деятельность в лагерях отдыха.
9. Туризм лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
10. Игровая деятельность с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Организация физкультурно-массовой работы среди лиц имеющих отклонения в состоянии здоровья».**

а) Основная литература:

1. Бегидова Т.П. Основы адаптивной физической культуры: Учебн. пособие. – М.: Физкультура и Спорт, 2007. – 192 с.
2. Павлюк Н.Б. Методика физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы: учебно-методические рекомендации / ГОУ ВПО «ШГПУ». – Шуя, 2009. – 94 с.
3. Попов Г.В. Основы здорового образа жизни: учеб. пособие / ГОУВПО «Ивановский государственный энергетический университет имени В.И. Ленина». – Иваново, 2009. – 124 с.
4. Селуянов В.Н. Биологические основы оздоровительного туризма / В.Н. Селуянов, А.А. Федякин. – М.: СпортАкадемПресс, 2000. – 123 с.
5. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. В 2 т. Т. 1: Введение в специальность, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры / Под общей ред. проф. С.П. Евсеева. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2005. – 296 с.: ил.
6. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. В 2 т. Т. 2: Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов / Под общей ред. проф. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2005. – 448 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. Ахметшин А.М. Туризм как метод реабилитации и оздоровления инвалидов и пожилых людей. – Уфа, 2000. – С. 8-10.
2. Валеология: учеб.-метод. пособие / М.В. Постнова, М.В. Андреева, Т.Л. Яцышена; ВолГУ, фак. философии и социальных технологий, Каф. Социальной работы и медицины. – Волгоград: Изд-во ВолГУ, 2005. – 144 с.
3. Давыдов В.Ю. Меры безопасности на уроках физической культуры: учебно-методическое пособие / В.Ю. Давыдов. – М.: Советский спорт, 2007. – 140 с.
4. Дичев Т. Адаптация и здоровье, выживание и экология человека. — М.: Витязь, 1994.- С. 325.
5. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры: Учебн. пособие / Под редакцией проф. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2000. – 152 с.
6. Опыт работы детско-юношеских спортивных школ и физкультурно-спортивных клубов инвалидов и лиц с отклонениями в развитии / [сост. Н.А. Сладкова] ; Гос. ком. Рос. Федерации по физ. культуре и спорту. - М.: Сов. спорт, 2003. - 183 с.: ил.

7. Организация и управление в адаптивной физической культуре : прогр. дисциплины федерал. компонента цикла СД ГОС для специальности 032102 : [рек. Эксперт.-метод. советом РГУФКСиТ] / [сост. Н.О. Рубцова [и др.]] ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: [Физ. культура], 2009. - 38 с.: табл.
8. Организация физкультурно-спортивной работы по месту жительства "Дворовый тренер", гор. науч.-практ. конф. (2010; Омск). 2 городская научно-практическая конференция "Организация физкультурно-спортивной работы по месту жительства "Дворовый тренер" : материалы / Департамент по делам молодежи, физ. культуры и спорта адм. г. Омска, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск: [СибГУФК], 2010. - 181 с.: ил.
9. Сборник нормативных правовых документов в области паралимпийского спорта / [авт.-сост. А.В. Царик ; под общ. ред. П.А. Рожкова] ; Паралимп. ком. России. - М.: Сов. спорт, 2009. - 780 с.: ил., табл.
10. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в клубах инвалидов : [метод. рекомендации] / Н.А. Сладкова .— Москва : Советский спорт, 2012 .— 215 с. <https://lib.rucont.ru/efd/22521>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

а. Операционная система – Microsoft Windows.

б. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.

с. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>
- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования
- <https://fgosvo.ru/>

- Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>
- Реестр профстандартов Минтруда РФ <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>
- Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>
- Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
- Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>
- Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>
- Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
- Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
- Координационные советы по областям образования <https://fgosvo.ru/ksumo/index>
- Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА <http://rusada.ru/>
- Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
- Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий <https://www.minsport.gov.ru/activity/government-regulation/edinyj-kalendarnyj-plan/>
- Государственная информационная система «Спорт» <https://sportrf.gov.ru/>
- Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>
- Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
- Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
- Адаптивная физическая культура <https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).



Для успешного формирования знаний по курсу *«Организация физкультурно-массовой работы среди лиц с отклонениями в состоянии здоровья»* при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая персональный компьютер, проектор, экран, ученическую доску, комплекты аудиторной мебели.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Организация физкультурно-массовой работы среди лиц имеющих отклонения в состоянии здоровья\_\_\_для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 4 курса (очного обучения), 5 курса (заочного обучения), направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная физическая культура» направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание очной и заочной формам обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр (очная форма), 9 семестр (заочная форма)

Форма промежуточной аттестации: зачет.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максим. кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по теме: «Государственная структура организации и управления физкультурно-массовой работой»</i>	24-я неделя	8
2	<i>Написание реферата по теме «Методика физкультурно-массовых мероприятий в режиме дня школы с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья»</i>	28-я неделя	20
3	<i>Контрольная работа по теме «Физкультурно-массовые мероприятия в режиме дня школы»</i>	31-я неделя	20
4	<i>Выступление на семинаре «Организация физкультурно-массовой деятельности в ФСКИ»</i>	34-я неделя	20
5	<i>Посещение занятий</i>	<i>Весь период</i>	<i>2 балла x 1 занятие = 12 баллов</i>
6	<i>Сдача зачета</i>		20
<b>Итого</b>			<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максим. кол-во баллов</b>
1	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Организация и управление физкультурно-массовым движением», пропущенному студентом</i>	15
2	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Организация физкультурно-массовой работы в школе», пропущенному студентом</i>	15
3	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Организация физкультурно-массовой работы в специализированных учреждениях», пропущенному студентом</i>	15
4	<i>Выполнение практического задания по разделу «Организация физкультурно-массовой работы в школе», пропущенному студентом</i>	15
5	<i>Выполнение практического задания по разделу «Организация физкультурно-массовой работы в специализированных учреждениях», пропущенному студентом</i>	10
6	<i>Написание реферата по теме «Роль и место физкультурно-массовой работы в адаптивной физической культуре, формировании здорового образа жизни», пропущенному студентом</i>	5
7	<i>Презентация по теме «Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня школы со школьниками, имеющими отклонения в состоянии здоровья», пропущенному студентом</i>	15
<b>Итого</b>		<b>100 баллов</b>

**Для студентов заочной формы обучения**

<b>№</b>	<b>Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максим. кол-во баллов</b>
1	<i>Контрольная работа по теме: «Государственная структура организации и управления физкультурно-массовой работой»</i>	20
2	<i>Написание реферата по теме «Методика физкультурно-массовых мероприятий в режиме дня школы с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья»</i>	20
3	<i>Контрольная работа по теме «Физкультурно-массовые мероприятия в режиме дня школы»</i>	20
4	<i>Презентация «Организация физкультурно-массовой деятельности в ФСКИ»</i>	20
6	<i>Сдача зачета</i>	20
<b>Итого</b>		<b>100 баллов</b>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.20 Организация физкультурно-массовой работы среди лиц с отклонениями в  
состоянии здоровья»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная  
физическая культура»

(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетных единицы, 72 часа.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 7 сем. - на очной форме обучения, 9 сем- на заочной форме обучения.

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** освоение студентами знаний, методических и практических умений и навыков, направленных на сохранение и укрепление здоровья на основе двигательной активности у различных групп населения, имеющих отклонения в состоянии здоровья и инвалидов различных нозологий, с учетом пола, возраста, функционального состояния и уровня их подготовленности, преимущественно в сфере оказания физкультурно-оздоровительных услуг.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

1.Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	7		9
ПК-1.1.	Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании; - современные методики организации занятий специальным знаниям адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и	7		9

	<p>средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой;</li> <li>- порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.</li> </ul>			
ПК-1.2.	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;</li> <li>- формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций;</li> <li>- планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида;</li> <li>- демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке;</li> <li>- использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре;</li> <li>- осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных</li> </ul>	7		9
ПК-1.3.	<p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастно-половых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп;</li> </ul>	7		9

	- проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; - контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.			
<b>УК-8</b>	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	7		9
УК-8.2.	Умеет оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности и принимать меры по ее предупреждению.	7		9
УК-8.3.	Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и в профессиональной деятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества.	7		9
УК-8.4.	Владеет навыками по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	7		9

## 5.Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Очная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Раздел 1.Организация и управление физкультурно-массовым движением.</b>	7	4	4	8		
<b>Тема 1.1.</b> Введение в предмет физкультурно-массовая работа.	7	2	2	2		



<b>Тема 1.2.</b> Государственная структура организации и управления физкультурно-массовой работой.	7	2		2		
<b>Тема 1.3.</b> Структура общественных организаций управления физкультурно-массовой работой.	7			2		
<b>Тема 1.4.</b> Организация адаптивного спорта в мировом сообществе	7		2	2		
<b>Раздел 2. Организация физкультурно-массовой работы в школе.</b>	7	<b>6</b>	<b>16</b>	<b>12</b>		
<b>Тема 2.1.</b> Физкультурно-массовая работа в режиме дня школьников.	7	2	4	4		
<b>Тема 2.2.</b> Организация внеклассной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.	7	2	4	4		
<b>Тема 2.3.</b> Общешкольные физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.	7	2	4	2		
<b>Тема 2.4.</b> Организация физкультурно-массовой работы в детских лагерях отдыха.	7		4	2		
<b>Раздел 3. Организация физкультурно-массовой работы в специализированных учреждениях.</b>	7	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>10</b>		
<b>Тема 3.1.</b> Организация работы в физкультурно-спортивных клубах инвалидов.	7	2	2	2		
<b>Тема 3.2.</b> Организация работы в спортивной школе инвалидов.	7	2	2	4		
<b>Тема 3.3.</b> Организация оздоровительного туризма.	7		2	2		

<b>Тема 3.4.</b> Организация и проведение спортивно-игровых программ.	7		2	2		
<b>Итого: 72</b>		<b>14</b>	<b>28</b>	<b>30</b>		<b>Зачет</b>

### Заочная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Раздел 1. Организация и управление физкультурно-массовым движением.</b>	9	2	2	12		
<b>Тема 1.1.</b> Введение в предмет физкультурно-массовая работа.	9	2		2		
<b>Тема 1.2.</b> Государственная структура организации и управления физкультурно-массовой работой.	9		2	2		
<b>Тема 1.3.</b> Структура общественных организаций управления физкультурно-массовой работой.	9			2		
<b>Тема 1.4.</b> Организация адаптивного спорта в мировом сообществе	9			6		
<b>Раздел 2. Организация физкультурно-массовой работы в школе.</b>	9		4	24		
<b>Тема 2.1.</b> Физкультурно-массовая работа в режиме дня школьников.	9		2	6		

<b>Тема 2.2.</b> Организация внеклассной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.	9		2	6		
<b>Тема 2.3.</b> Общешкольные физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.	9			6		
<b>Тема 2.4.</b> Организация физкультурно-массовой работы в детских лагерях отдыха.	9			6		
<b>Раздел 3. Организация физкультурно-массовой работы в специализированных учреждениях.</b>	9		2	26		
<b>Тема 3.1.</b> Организация работы в физкультурно-спортивных клубах инвалидов.	9		2	4		
<b>Тема 3.2.</b> Организация работы в спортивной школе инвалидов.	9			4		
<b>Тема 3.3.</b> Организация оздоровительного туризма.	9			4		
<b>Тема 3.4.</b> Организация и проведение спортивно-игровых программ.	9			14		
<b>Итого: 72</b>		2	8	62		<b>Зачет</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.21 Статистическая обработка данных»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)

(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание,  
Физическая реабилитация,  
Лечебная физическая культура  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института ИТРРиФ  
Протокол №89 от «12» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
биомеханики и естественнонаучных дисциплин  
Протокол № 25 от «19» июня 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
биомеханики и естественнонаучных дисциплин  
Протокол №\_\_ от «\_\_»\_\_\_\_\_20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
биомеханики и естественнонаучных дисциплин  
Протокол №\_\_ от «\_\_»\_\_\_\_\_20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
биомеханики и естественнонаучных дисциплин  
Протокол №\_\_ от «\_\_»\_\_\_\_\_20\_\_ г.

Составители: Яшкина Елена Николаевна, к.п.н., доцент, доцент кафедры  
биомеханики и естественнонаучных дисциплин

Рецензент:

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Статистическая обработка данных» является формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующихся на использовании методов математической статистики.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров по направлению «49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» по профилю «Адаптивное физическое воспитание, Физическая реабилитация, Лечебная физическая культура».

Дисциплина «Статистическая обработка данных» относится к дисциплинам, формируемым участниками образовательных отношений.

При изучении дисциплины студентам необходимо знать базовый курс математики и информатики средней школы. Изучение дисциплины готовит студентов к решению задач в сфере профессиональной деятельности. Знания, умения и навыки, приобретенные в процессе обучения, используются в дальнейшем при изучении дисциплин «Спортивная метрология», «Научно-методическая деятельность» и др. Знание методов и практических приемов статистических расчетов поможет студентам при подготовке выпускной квалификационной работы.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.	7	9
УК-1.1	Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методика системного подхода для решения профессиональных задач.	7	9

## 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часа.**

### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Элементы математической статистики</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>16</b>		
1.1	Эмпирические распределения. Основные статистические характеристики	7	2	2	4		
1.2	Проверка статистических гипотез	7	2	2	4		
1.3	Корреляционный и регрессионный анализ	7	2	2	4		
1.4	Непараметрическая статистика	7	2	2	4		
2	<b>Статистические расчеты в MS EXCEL</b>	<b>7</b>		<b>16</b>	<b>24</b>		
2.1	Работа с данными	7		2	4		
2.2	Расчеты в MS EXCEL	7		2	4		
2.3	Точечные и интервальные оценки	7		4	4		
2.4	Проверка статистических гипотез	7		4	6		
2.5	Корреляционный и регрессионный анализ	7		4	6		
	<b>Итоговая форма контроля</b>						<b>зачет</b>
<b>Итого часов:</b>			<b>8</b>	<b>24</b>	<b>40</b>		

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Элементы математической</b>	<b>9</b>	<b>2</b>		<b>32</b>		

	<b>статистики</b>					
1.1	Эмпирические распределения. Основные статистические характеристики	9	0,5	8		
1.2	Проверка статистических гипотез	9	0,5	8		
1.3	Корреляционный и регрессионный анализ	9	0,5	8		
1.4	Непараметрическая статистика	9	0,5	8		
<b>2</b>	<b>Статистические расчеты в MS EXCEL</b>	<b>9</b>		<b>8</b>	<b>30</b>	
2.1	Работа с данными	9		1	6	
2.2	Расчеты в MS EXCEL	9		2	6	
2.3	Точечные и интервальные оценки	9		1	6	
2.4	Проверка статистических гипотез	9		2	6	
2.5	Корреляционный и регрессионный анализ	9		2	6	
	<b>Итоговая форма контроля</b>					<b>зачет</b>
<b>Итого часов:</b>			<b>2</b>	<b>8</b>	<b>62</b>	

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Промежуточная аттестация осуществляется в форме зачета.

### ***Контрольные вопросы для проведения промежуточной аттестации***

1. Генеральная совокупность, выборочное исследование (выборка). Объем выборки.
2. Закон нормального распределения выборочных исследований.
3. Вариационный ряд. Графическое представление результатов исследования.
4. Основные статистические характеристики (средние и характеристики вариации).
5. Понятие статистической гипотезы. Нулевая и единичная гипотезы. Уровень значимости. Число степеней свободы.
6. Основные критерии статистики.
7. Доверительный интервал.
8. Достоверность различий средних арифметических независимых (несвязанных) выборок.



9. Достоверность различий средних арифметических зависимых (связанных) выборок.
10. Однородность, стабильность выборок. Критерий оценки.
11. Корреляционный анализ. Основные задачи корреляционного анализа.
12. Корреляционное поле (диаграмма рассеяния).
13. Линейный парный коэффициент корреляции Бравэ-Пирсона.
14. Достоверность коэффициента корреляции.
15. Основные задачи регрессионного анализа.
16. Нахождение прямого и обратного уравнений регрессии для линейной зависимости.
17. Непараметрические критерии статистики.
18. Непараметрическая статистика для определения взаимосвязи.
19. Ранговый коэффициент корреляции Спирмена.
20. Тетрахорический коэффициент сопряженности.
21. Адресация в MS EXCEL.
22. Статистические расчеты в MS EXCEL.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

а) Основная литература:

1. Информационные технологии в профессиональной деятельности [Электронный ресурс] : Учеб. пособие / Г.И. Попов, С.И. Бажинов, В.Г. Конюхов, Я.Н. Яшкина, В.А. Пирогов .— М. : РГУФКСМиТ, 2017 .— 184 с. : ил. — Авт. указаны на обороте тит. л. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/671374>
2. Информационные технологии [Электронный ресурс] : метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины / Г.И. Попов, С.И. Бажинов, В.Г. Конюхов, Е.Н. Яшкина, В.А. Пирогов .— М. : РГУФКСМиТ, 2016 .— 167 с. : ил. — Авт. указаны на обороте тит. л. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/671375>
3. Статистическая обработка данных. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений физической культуры/ Попов Г.И., Конюхов В.Г., Маркарян В.С. Яшкина Е.Н. – М.: ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2015г. – 225с.
4. Высшая математика и математическая статистика / Под общ. ред. Г. И. Попова - М.: Физическая культура. 2007. - 366 с.
5. Шестаков М.П. Статистика. Обработка спортивных данных на компьютере: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений физической культуры / Шестаков М.П. - М.: ТВТ Дивизион, 2009. - 248 с.

б) Дополнительная литература:

1. Гмурман В. Е. Теория вероятностей и математическая статистика. -М.: Высшая школа, 2006. - 479 с.
2. Гмурман В. Е. Руководство к решению задач по теории вероятностей и

- математической статистики. - М.: Высшее образование, 2006.
3. Минько А.А. Статистический анализ в М8 EXCEL.- М.: Издательский дом «Вильме», 2004. - 448с.
  4. Могилев А.В. Практикум по информатике: учеб. Пособие для студ. высших учебных заведений / А.В. Могилев, И.И. Пак, Е.К. Хеннер; под ред. Е.К. Хеннера. - 4-е изд., стер. - М.: Изд. центр «Академия», 2008. - 608 с.
  5. И.Пугачев В. С. Теория вероятностей и математическая статистика. - М.: Физматлит, 2002. - 496 с.
  6. Савич Л.К., Смольская Н.А. Теория вероятностей и математическая статистика. - Минск: Адукация, 2006. - 207 с.
  7. Халафян А.А. STATISTICA 6. Статистический анализ данных. 3-е изд. Учебник - М.: ООО «Бином-Пресс». 2007. - 512 с.
  8. Берикашвили, В.Ш. Статистическая обработка данных, планирование эксперимента и случайные процессы: учебное пособие для вузов/ В.Ш.Берикашвили, С.П.Оськин.— 2-е изд.,испр.идоп.—Москва:Юрайт,2023.—164с. <https://urait.ru/bcode/515268>
  9. Статистическая обработка материалов исследования на компьютере: учеб.-метод. пособие: направление подгот. 050100 - Педагогическое образование, профиль "Физкультурное образование", "Образование в области безопасности жизнедеятельности" : направление подгот. 034400 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)/Р.М.Гимазов.—Сургут :РИОСурГПУ, 2015.—139с. <https://lib.rucont.ru/efd/342267>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.kaspersky.ru> – сайт разработчика антивирусных продуктов «Лаборатория Касперского»;
2. <http://www.microsoft.ru> – сайт Microsoft;
3. <http://www.libreoffice.org> – сайт разработчиков свободно распространяемого офисного пакета «LibreOffice»;
4. <http://www.google.ru> – сайт Google;
5. <http://www.intuit.ru> – сайт Национального Открытого Университета «ИНТУИТ».
6. <http://statsoft.ru> – сайт компании Statsoft, официальный представитель правообладателя программных продуктов серии Statistica, предназначенных для анализа данных, визуализации, прогнозирования и проведения многих других статистических анализов;
7. <http://www.matburo.ru> – сайт для помощи при решении задач по высшей математике.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Операционная система – Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 2016.
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web (или аналог).
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. ЭБС ЮРАЙТ <https://urait.ru/library/uchebniki-dlya-vuzov/po-ugs/49-00-00-fizicheskaya-kultura-i-sport/49-03-02-fizicheskaya-kultura-dlya-lic-s-otkloneniymi-v-sostoyanii-zdorovya-adaptivnaya-fizicheskaya-kultura>
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>
4. Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Статистическая обработка данных» для обучающихся Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 4 курса направления подготовки «49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» направленности (профилю) «Адаптивное физическое воспитание, Физическая реабилитация, Лечебная физическая культура» очной и заочной форм обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр очная форма и 9 семестр заочная форма

Форма промежуточной аттестации: зачет.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Компьютерный практикум по теме «Точечные и интервальные оценки»	4	20
2	Компьютерный практикум по теме «Проверка статистических гипотез»	7	20
3	Компьютерный практикум по теме «Корреляционный и регрессионный анализ»	9	20
4	Опрос по базовым понятиям курса	11	10
5	Тестирование по курсу	12	10
	<b>Зачет</b>		<b>20</b>
	<b>Итого</b>		<b>100</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Компьютерный практикум по теме «Точечные и интервальные оценки»	20
2	Компьютерный практикум по теме «Проверка статистических гипотез»	20
3	Компьютерный практикум по теме «Корреляционный и регрессионный анализ»	20
4	Тестирование по курсу	10

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачетом/экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.21 Статистическая обработка данных»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание,  
Физическая реабилитация,  
Лечебная физическая культура  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*  
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 7 семестр для очной и 9 семестр для заочной форм обучения.

Цель освоения дисциплины (модуля): формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующихся на использовании методов математической статистики.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.	7	9
УК-1.1	Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач.	7	9

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Элементы математической статистики	7	8	8	16		
1.1	Эмпирические распределения. Основные статистические характеристики	7	2	2	4		

1.2	Проверка статистических гипотез	7	2	2	4		
1.3	Корреляционный и регрессионный анализ	7	2	2	4		
1.4	Непараметрическая статистика	7	2	2	4		
<b>2</b>	<b>Статистические расчеты в MS EXCEL</b>	<b>7</b>		<b>16</b>	<b>24</b>		
2.1	Работа с данными	7		2	4		
2.2	Расчеты в MS EXCEL	7		2	4		
2.3	Точечные и интервальные оценки	7		4	4		
2.4	Проверка статистических гипотез	7		4	6		
2.5	Корреляционный и регрессионный анализ	7		4	6		
	<b>Итоговая форма контроля</b>						<b>зачет</b>
<b>Итого часов:</b>			<b>8</b>	<b>24</b>	<b>40</b>		

### **Заочная форма обучения**



№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Элементы математической статистики</b>	<b>9</b>	<b>2</b>		<b>32</b>		
1.1	Эмпирические распределения. Основные статистические характеристики	9	0,5		8		
1.2	Проверка статистических гипотез	9	0,5		8		
1.3	Корреляционный и регрессионный анализ	9	0,5		8		
1.4	Непараметрическая статистика	9	0,5		8		
2	<b>Статистические расчеты в MS EXCEL</b>	<b>9</b>		<b>8</b>	<b>30</b>		
2.1	Работа с данными	9		1	6		
2.2	Расчеты в MS EXCEL	9		2	6		
2.3	Точечные и интервальные оценки	9		1	6		
2.4	Проверка статистических гипотез	9		2	6		
2.5	Корреляционный и регрессионный анализ	9		2	6		
	<b>Итоговая форма контроля</b>						<b>зачет</b>
<b>Итого часов:</b>			<b>2</b>	<b>8</b>	<b>62</b>		

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**« Б1.В.22 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с  
поражениями опорно-двигательного аппарата»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018\_г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института ТРРиФ \_\_\_\_\_  
Протокол № 66 от «26» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
теории и методики адаптивной физической культуры  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**Составители:**

Рубцов Алексей Валерьевич – к.п.н., доцент кафедры теории и методики адаптивной физической культуры «РГУФКСМиТ»

Рубцова Наталия Олеговна – кандидат педагогических наук, профессор, заведующая кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры «РГУФКСМиТ».

### 1. Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины (модуля) «Технологии АФВ лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата» являются: формирование профессиональных навыков специалиста по адаптивному физическому воспитанию в работе с лицами с поражениями опорно-двигательного аппарата; расширение профессионального мировоззрения о роли и месте АФВ в системе реабилитации и социальной интеграции лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата.

### 2. Место дисциплины в структуре ООП бакалавра

#### Б1.В.22

(Указывается блок и часть ООП (ОПОП), к которым относится данная дисциплина (модуль), в том числе элективная/факультативная)

Программа дисциплины «Технологии АФВ лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата» является обязательной дисциплиной вариативной части модуля профильных дисциплин.

Дисциплина «Технологии АФВ лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата» взаимосвязана с дисциплинами:

- гуманитарного, социального и экономического цикла, базовая часть: «Психология и педагогика»;
- профессионального цикла, базовая часть: «Частная патология», «Специальная психология», «Теория и организация адаптивной физической культуры», «Специальная педагогика»;
- профессионального цикла, вариативная часть: «Технологии АФВ лиц с нарушениями психического развития», «Технологии АФВ лиц с сенсо-речевыми нарушениями»

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)  наименование	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-4	Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний	7		9
ПК-4.1	Знает: - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования,	7		9

	подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.			
ПК-4.2	Умеет: - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре	7		9
ПК-4.3	Имеет опыт: - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на по развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов; - разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.	7		9

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **6 зачетных единиц**, 216 академических часа.

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
---	----------------------------	---------	---	---

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Клинико-педагогические особенности лиц с ПОДА.</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>16</b>	<b>21</b>		
<b>2</b>	Тема 1.1. Клинико-этиологические особенности различных категорий лиц с ПОДА	<b>7</b>	4	8	11		
<b>3</b>	Тема 1.2. Психолого-педагогические особенности лиц с ПОДА	<b>7</b>	4	8	10		
<b>4</b>	<b>Раздел 2. Организация адаптивного физического воспитания лиц с ПОДА</b>	<b>7</b>	<b>28</b>	<b>56</b>	<b>78</b>		
<b>5</b>	Тема 2.1. Структура и содержание адаптивного физического воспитания лиц с ПОДА	<b>7</b>	4	8	16		
<b>6</b>	Тема 2.2. Обучение двигательным действиям и формирование двигательных навыков у лиц с ПОДА.	<b>7</b>	6	12	12		
<b>7</b>	Тема 2.3. Технологии адаптивного физического воспитания лиц с ПОДА	<b>7</b>	4	8	14		<b>Курсовая работа</b>
<b>8</b>	Тема 2.4. Организация физкультурно-спортивной подготовки в учреждениях физкультурно-спортивной направленности для лиц с ПОДА	<b>7</b>	4	10	12		
<b>9</b>	Тема 2.5. Организация физкультурно-массовой работы с лицами с ПОДА	<b>7</b>	4	8	12		
<b>10</b>	Тема 2.6. Медико-биологическое обеспечение адаптивного физического воспитания лиц с ПОДА	<b>7</b>	6	10	12		
<b>Итого часов:216</b>			<b>36</b>	<b>72</b>	<b>99</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

**Заочная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	
1	Раздел 1. Клинико-педагогические особенности лиц с ПОДА.	9	8		40	
2	Тема 1.1. Клинико-этиологические особенности различных категорий лиц с ПОДА	9	4		20	
3	Тема 1.2. Психолого-педагогические особенности лиц с ПОДА	9	4		20	
4	Раздел 2. Организация адаптивного физического воспитания лиц с ПОДА	9	18			
5	Тема 2. 1. Структура и содержание адаптивного физического воспитания лиц с ПОДА	9	4			
6	Тема 2. 2. Обучение двигательным действиям и формирование двигательных навыков у лиц с ПОДА.	9	4			
7	Тема 2. 3. Технологии адаптивного физического воспитания лиц с ПОДА	9	4			Курсовая работа
8	Тема 2.4. Организация физкультурно-спортивной подготовки в учреждениях физкультурно-спортивной направленности для лиц с ПОДА	9	2			
9	Тема 2.5. Организация физкультурно-массовой работы с лицами с ПОДА	9	2			
10	Тема 2.6. Медико-биологическое обеспечение адаптивного физического воспитания лиц с ПОДА	9	2			

Итого часов:216	26	181	9	Экзамен
-----------------	----	-----	---	---------

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### Темы рефератов и контрольных работ.

1. Коррекция двигательных дефектов у детей с ПОДА средствами АФВ.
2. Программа коррекции мелкой моторики у детей с ДЦП.
3. Формирование двигательных навыков при врожденных деформациях ОДА.
4. Оценка состояния мышечной системы по ММТ
5. Адаптационные реакции поврежденного организма.
6. Социальное значение спортивных праздников и фестивалей.
7. Социальное значение адаптивного спортивного движения.
8. Использование различных систем дыхательных упражнений в занятиях АФВ для лиц с ПОДА
9. Клинико-этиологические особенности лиц поражениями опорно-двигательного аппарата.
10. Организация и методика АФВ лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата.
11. Формирование навыков самообслуживания у лиц с ампутациями верхних конечностей средствами АФВ.
12. Иппотерапия для лиц с ДЦП.
13. Aqua-программы для лиц с ПОДА
14. Формирование навыков преодоления барьеров среды у лиц с поражениями спинного мозга средствами АФВ.
15. Тренажерные технологии для лиц с ПОДА.
16. Формы организации двигательной активности для лиц с ПОДА.
17. Планирование и контроль в АФВ лиц с ПОДА.
18. Особенности организации индивидуальных занятий в АФВ лиц поражениями спинного мозга.
19. Особенности организации индивидуальных занятий в АФВ лиц с ДЦП.
20. Особенности организации индивидуальных занятий в АФВ лиц аномалиями развития конечностей.
21. Спортивно-медицинская классификация в адаптивном физическом воспитании лиц с ПОДА.
22. Обеспечение безопасности на занятиях АФВ лиц с ПОДА.

Примерный перечень вопросов к экзамену по курсу дисциплины «Технологии АФВ лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата».



1. Цели, задачи и принципы физкультурно-спортивной подготовки инвалидов с поражениями опорно-двигательного аппарата.
2. Структура и содержание физкультурно-спортивной подготовки инвалидов.
3. Средства, методы и формы организации физкультурно-спортивной подготовки инвалидов с поражениями опорно-двигательного аппарата.
4. Методика обучения инвалидов двигательным действиям и формирование спортивных двигательных навыков.
5. Лонгитюдная программа подготовки инвалидов.
6. Соотношение средств общей и специальной подготовки в процессе многолетней тренировки в зависимости от вида поражения опорно-двигательного аппарата, возрастной группы и специфики вида спорта.
7. Структура и содержание учебно-тренировочного занятия.
8. Методика становления спортивной техники.
9. Методика воспитания волевых качеств.
10. Организация образовательного физкультурно-спортивного процесса в ДЮАСС.
11. Направление работы физкультурно-спортивного клуба инвалидов.
12. Содержание деятельности отделений по адаптивному спорту при учреждениях дополнительного образования спортивной направленности.
13. Документы, регламентирующие организацию учебно-тренировочного процесса.
14. Содержание и методика проведения спортивно-адаптивной тренировки по программе базового спорта.
15. Особенности спортивно-адаптивной тренировки ампутантов. Применение протезно-ортопедической техники.
16. Особенности спортивно-адаптивной тренировки инвалидов-колясочников. Методика обучения способам управления спортивной коляской.
17. Специфика тренировки инвалидов с легкой степенью тяжести ДЦП. Средства коррекции мышечного тонуса в процессе тренировки и формирование физиологической схемы движений.
18. Специфика тренировки лиц с ПОДА в циклических видах спорта.
19. Специфика тренировки лиц с ПОДА в скоростно-силовых видах спорта.
20. Специфика тренировки лиц с ПОДА в игровых видах спорта.
21. Специфика тренировки лиц с ПОДА в водных видах спорта.
22. Общие представления о компенсации нарушенных функций. Резервные возможности организма.
23. Традиционные средства восстановления общей работоспособности.
24. Комплексное применение физических методов восстановления у спортсменов.
25. Содержание и технология проведения медико-педагогического обследования лиц с ПОДА
26. Клинико-этиологические особенности лиц поражениями спинного мозга.
27. Клинико-этиологические особенности лиц с ампутациями конечностей.
28. Клинико-этиологические особенности лиц с детским церебральным параличом.
29. Клинико-этиологические особенности лиц с аномалиями развития конечностей.
30. Психолого-педагогические особенности лиц поражениями опорно-двигательного аппарата.
31. Методика АФВ лиц с поражением спинного мозга. Основные средства, дозировка нагрузки.
32. Формирование навыков самообслуживания у лиц с поражением спинного мозга средствами АФВ.
33. Методика АФВ лиц с ампутациями верхних конечностей.
34. Методика АФВ для лиц с ампутациями нижних конечностей, использующих протезы.
35. Методика АФВ для лиц с ампутациями нижних конечностей, использующих инвалидную коляску.

36. Методика АФВ для лиц с детским церебральным параличом.
37. Методика АФВ лиц с аномалиями развития конечностей.
38. Особенности организации индивидуальных и групповых занятий АФВ для лиц с ПОДА.
39. Материально-техническое обеспечение АФВ для лиц с ПОДА.
40. Особенности использования игрового и соревновательного метода в АФВ лиц с ПОДА.
41. Педагогические методы в АФВ лиц с ПОДА. Метод «направляющей помощи» и метод «проведения по движению».
42. Медико-биологическое обеспечение занятий АФВ для лиц с ПОДА.
43. Спортивно медицинская классификация в игровых видах спорта.
44. Спортивно медицинская классификация в водных видах спорта.
45. Методика мануально-мышечного тестирования ов АФВ лиц с ПОДА.

#### Контрольные вопросы для самопроверки знаний

1. Психолого-педагогический статус лиц с ПОДА
2. Этика общения с лицами, имеющими ПОДА.
3. Основные закономерности индивидуальной адаптации лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата.
4. Адаптационные реакции поврежденного организма у лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата..
5. Особенности методики проведения учебно-тренировочных занятий в детско-юношеской адаптивной спортивной школе для лиц с ПОДА.
6. Организация работы в физкультурно-спортивном клубе инвалидов .
7. Разработка положения о Спартакиаде инвалидов с ПОДА.
8. Организация и структура Паралимпийского движения.
9. Нетрадиционные средства восстановления общей работоспособности лиц с ПОДА.
10. Причины возникновения состояния внезапной смерти на занятиях АФВ лиц с ПОДА.
11. Восстановление спортивной работоспособности после травм у лиц с ПОДА.

### **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата»**

#### А) Основная литература

1. Евсеев С.П., Курдыбайло С.Ф. Суляев В.Г. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры. – М.: Советский спорт, 2007. – 317 с.
2. Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учебн. пособие.- М.: Советский спорт, 2000.- 240 с.
3. Теория и организация адаптивной физической культуры/Учебник под общ. Ред. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2002.
4. Частные методики адаптивной физической культуры: учеб. пособие / под ред. Л. В. Шапковой – СПб: СПбАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2011. – 435 с.
5. Чудная Р.В. Адаптивное физическое воспитание. – Киев, Наукова думка, 2000.

#### Б) Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Башкирова М.М., Гуськов С.И. Формирование интереса инвалидов к занятиям физической культурой и спортом. Зарубежный опыт. – М. ВНИИФК, 1992. – С. 5-12.
2. Кудрявцев В.В., Сыромолотов Ю.С. Организация и проведение занятий в спортивно-оздоровительных группах инвалидов. – М., 1987. – 28с.
3. Петрова В.Г., Белякова И.В. Кто они, дети с отклонениями в развитии?/ Московский психолого-социальный институт.- М.: Флинта, 1998.- 104 с.
4. Семенова К.А. Детские церебральные параличи. – М., 1981.

5. Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы : учеб. пособие / С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, А.И. Малышев, Г.В. Герасимова, Д.С. Поляков, А.А. Потапчук; ред.: С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло .— Москва : Советский спорт, 2010 .— 487 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/efd/187915>
6. Частные методики адаптивной физической культуры : учебник / ред. Л.В. Шапкова .— Москва : Советский спорт, 2009 .— 608 с. : ил. — (Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья) <https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=747888>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- а.Операционная система – Microsoft Windows.
- б.Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- с.Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>
- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <https://fgosvo.ru/>
- Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>
- Реестр профстандартов Минтруда РФ <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>
- Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>
- Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
- Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabdcejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>
- Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>
- Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
- Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
- Координационные советы по областям образования <https://fgosvo.ru/ksumo/index>
- Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА <http://rusada.ru/>
- Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий <https://www.minsport.gov.ru/activity/government-regulation/edinyj-kalendarnyj-plan/>
- Государственная информационная система «Спорт» <https://sportrf.gov.ru/>

- Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>
- Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
- Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
- Адаптивная физическая культура <https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Для успешного формирования знаний по курсу «Социальные факторы адаптивной физической культуры» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, лабораторной, практической и научно-исследовательской работы обучающихся.

Перечень необходимого материально-технического обеспечения для успешного формирования знаний по дисциплине «Социальные факторы адаптивной физической культуры» включает в себя современную лабораторию с приборами, позволяющими оценивать морфо-функциональное состояние организма (показатели дыхания, динамометрию, гониометрию и др.), стенды и оборудование, спортивные залы, а также базовую кафедру с соответствующим инвентарём и оборудованием.

*Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)*

### **ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА**

*по дисциплине (модулю) Технологии адаптивного физического воспитания лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата \_\_\_\_\_ для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 4 курса (очного обучения), 5 курса (заочного обучения), направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная физическая культура» направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание очной и заочной формам обучения.*

#### **I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ**

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр (очное), 9 семестр (заочное),

Форма промежуточной аттестации: *Экзамен*

**II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ  
УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля</b>	<b>Сроки проведения</b>	<b>Количество баллов</b>
1	Контрольная работа по теме: «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с ПОДА»	5-я неделя	10 баллов
2	Контрольная работа: «Содержание АФВ различных категорий лиц с ПОДА»	6 неделя	10 баллов
3	Семинар «Методика обучения инвалидов двигательным действиям и формирование спортивных двигательных навыков»	12-я неделя	20 баллов
4	Защита курсового проекта	18-я неделя	15 баллов
5	Посещение занятий	Весь период	15 баллов
6	Сдача экзамена		30
<b>ИТОГО</b>			<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максим. кол-во баллов</b>
1	Контрольная работа на тему: «Дыхательная гимнастика, вестибулярная тренировка, как средства адаптивного физического воспитания детей с заболеваниями ОДА»	35
2	Контрольная работа на тему: «Методы определения осанки»	35
3	Реферат на тему: «Методологические основы обучения двигательным действиям инвалидов с ПОДА»	30

*Для студентов заочной формы обучения*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля</b>	<b>Максим. кол-во баллов</b>
1	Презентация на тему: «Этапы обучения двигательным действиям»	10
2	Контрольная работа «Психолого-педагогические особенности формирования и восстановления двигательного навыка у лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата»	20
3	Составление плана-графика на четверть	20
4	Реферат «Клинико-этиологические особенности лиц поражениями опорно-двигательного аппарата»	20
5	Сдача экзамена	30
<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра теории и методик адаптивного физического воспитания**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**« Б1.В.22 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с  
поражениями опорно-двигательного аппарата»**

Направление подготовки:  
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 6 зачетных единиц (216 часов).**

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 7 (очная форма), 9 (заочная форма)**

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** является формирование профессиональных навыков специалиста по адаптивному физическому воспитанию в работе с лицами с поражениями опорно-двигательного аппарата; расширение профессионального мировоззрения о роли и месте АФВ в системе реабилитации и социальной интеграции лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):** по результатам освоения дисциплины «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата» обучающиеся должны:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-4	Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний	7		9
ПК-4.1	Знает: - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.	7		9
ПК-4.2	Умеет: - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при	7		9



	планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре			
ПК-4.3	Имеет опыт: - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов; - разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.	7		9

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	
1	Раздел 1. Клинико-педагогические особенности лиц с ПОДА.	7	8	16	21	
2	Тема 1.1. Клинико-этиологические особенности различных категорий лиц с ПОДА	7	4	8	11	
3	Тема 1.2. Психолого-педагогические особенности лиц с ПОДА	7	4	8	10	
4	Раздел 2. Организация адаптивного	7	28	56	78	

	<b>физического воспитания лиц с ПОДА</b>						
<b>5</b>	Тема 2.1. Структура и содержание адаптивного физического воспитания лиц с ПОДА	<b>7</b>	4	8	16		
<b>6</b>	Тема 2.2. Обучение двигательным действиям и формирование двигательных навыков у лиц с ПОДА.	<b>7</b>	6	12	12		
<b>7</b>	Тема 2.3. Технологии адаптивного физического воспитания лиц с ПОДА	<b>7</b>	4	8	14		<b>Курсовая работа</b>
<b>8</b>	Тема 2.4. Организация физкультурно-спортивной подготовки в учреждениях физкультурно-спортивной направленности для лиц с ПОДА	<b>7</b>	4	10	12		
<b>9</b>	Тема 2.5. Организация физкультурно-массовой работы с лицами с ПОДА	<b>7</b>	4	8	12		
<b>10</b>	Тема 2.6. Медико-биологическое обеспечение адаптивного физического воспитания лиц с ПОДА	<b>7</b>	6	10	12		
<b>Итого часов: 216</b>			<b>36</b>	<b>72</b>	<b>99</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа		
<b>1</b>	Раздел 1. Клинико-педагогические особенности лиц с ПОДА.	<b>9</b>	<b>8</b>		<b>40</b>		
<b>2</b>	Тема 1.1. Клинико-этиологические особенности различных категорий лиц с ПОДА	<b>9</b>	<b>4</b>		<b>20</b>		
<b>3</b>	Тема 1.2. Психолого-	<b>9</b>	<b>4</b>		<b>20</b>		

	педагогические особенности лиц с ПОДА						
<b>4</b>	Раздел 2. Организация адаптивного физического воспитания лиц с ПОДА	<b>9</b>	<b>18</b>				
<b>5</b>	Тема 2. 1. Структура и содержание адаптивного физического воспитания лиц с ПОДА	<b>9</b>	<b>4</b>				
<b>6</b>	Тема 2. 2. Обучение двигательным действиям и формирование двигательных навыков у лиц с ПОДА.	<b>9</b>	<b>4</b>				
<b>7</b>	Тема 2. 3. Технологии адаптивного физического воспитания лиц с ПОДА	<b>9</b>	<b>4</b>				<b>Курсовая работа</b>
<b>8</b>	Тема 2.4. Организация физкультурно-спортивной подготовки в учреждениях физкультурно-спортивной направленности для лиц с ПОДА	<b>9</b>	<b>2</b>				
<b>9</b>	Тема 2.5. Организация физкультурно-массовой работы с лицами с ПОДА	<b>9</b>	<b>2</b>				
<b>10</b>	Тема 2.6. Медико-биологическое обеспечение адаптивного физического воспитания лиц с ПОДА	<b>9</b>	<b>2</b>				
<b>Итого часов: 216</b>		<b>26</b>	<b>181</b>		<b>9</b>		<b>Экзамен</b>

# МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.23 Менеджмент адаптивной физической культуры»**

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивной физической культуры  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Составители:

Рубцова Наталия Олеговна – кандидат педагогических наук, профессор,  
заведующая кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры  
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ».

Рецензент:

### 1. Цель освоения дисциплины (модуля):

Целями освоения дисциплины (модуля) профессионального цикла базовой части «**Менеджмент адаптивной физической культуры**» является: освоение студентами основных теоретических концепций управления, выработка навыков управленческого планирования, принятия и реализации административно-управленческих решений с учетом требований безопасности и защищенности людей с ограниченными возможностями при занятиях адаптивной физической культурой.

### 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю): по результатам освоения дисциплины «Менеджмент адаптивной физической культуры» обучающиеся должны:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
<b>1</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<b>УК-2</b>	<i>Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</i>	8		8
УК-2.1	Знает виды ресурсов и ограничений, основные методы оценки разных способов решения профессиональных задач.	8		8
УК-2.2	Умеет проводить анализ поставленной цели и формулировать задачи, необходимые для ее достижения, анализировать альтернативные варианты с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.	8		8
УК - 2.3	Владеет методологическими инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием имеющихся ресурсов и ограничений	8		8

### 3. Краткое содержание дисциплины (модуля):

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Теоретико-методические основы управления в АФК</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	
<b>2</b>	1.1. Понятие и предмет менеджмента в АФК	<b>8</b>	2	4	6	
<b>3</b>	1.2. Основные принципы менеджмента. Функции менеджмента в АФК. Функции PR в управлении общественной организации инвалидов	<b>8</b>	2	6	6	
<b>4</b>	<b>Раздел 2. Информационные основы управления адаптивной физической культурой и спортом</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	
<b>5</b>	2.1. Нормативно-правовые документы в управлении АФК	<b>8</b>	2	4	6	
<b>6</b>	2.2. Процесс разработки управленческого решения в области АФК. Процесс принятия и реализации управленческих решений в АФК.	<b>8</b>	4	6	6	
<b>7</b>	<b>Раздел 3. Система управления в АФК</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>28</b>	<b>41</b>	
<b>8</b>	3.1. Организационные структуры управления	<b>8</b>	2	4	6	
<b>9</b>	3.2. Цели организации. Стратегия развития спортивной организации в АФК	<b>8</b>	2	4	6	
<b>10</b>	3.3. Планирование деятельности общественных организаций инвалидов	<b>8</b>		4	6	
<b>11</b>	3.4. Эффективность менеджмента организаций в АФК	<b>8</b>	2	6	6	
<b>12</b>	3.5. Учет и контроль в менеджменте АФК	<b>8</b>	2	4	6	
<b>13</b>	3.6. Управление персоналом в общественных организациях инвалидов.	<b>8</b>	4	6	6	

	Руководство и лидерство					
	<b>Итого часов:</b>	<b>22</b>	<b>48</b>	<b>65</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Теоретико-методические основы управления в АФК</b>	<b>8</b>			<b>20</b>		
<b>2</b>	1.1. Понятие и предмет менеджмента в АФК	<b>8</b>			<b>10</b>		
<b>3</b>	1.2. Основные принципы менеджмента. Функции менеджмента в АФК. Функции PR в управлении общественной организации инвалидов	<b>8</b>			<b>10</b>		
<b>4</b>	<b>Раздел 2. Информационные основы управления адаптивной физической культурой и спортом</b>	<b>8</b>	<b>4</b>		<b>20</b>		
<b>5</b>	2.1. Нормативно-правовые документы в управлении АФК	<b>8</b>	<b>2</b>		<b>10</b>		
<b>6</b>	2.2. Процесс разработки управленческого решения в области АФК. Процесс принятия и реализации управленческих решений в АФК.	<b>8</b>	<b>2</b>		<b>10</b>		
<b>7</b>	<b>Раздел 3. Система управления в АФК</b>	<b>8</b>	<b>12</b>		<b>79</b>		
<b>8</b>	3.1. Организационные структуры управления	<b>8</b>	<b>2</b>		<b>20</b>		
<b>9</b>	3.2. Цели организации. Стратегия развития спортивной организации в АФК	<b>8</b>	<b>2</b>		<b>10</b>		
<b>10</b>	3.3. Планирование деятельности общественных организаций инвалидов	<b>8</b>	<b>2</b>		<b>10</b>		
<b>11</b>	3.4. Эффективность менеджмента организаций в АФК	<b>8</b>	<b>2</b>		<b>10</b>		
<b>12</b>	3.5. Учет и контроль в	<b>8</b>	<b>2</b>		<b>10</b>		



	менеджменте АФК					
<b>13</b>	3.6. Управление персоналом в общественных организациях инвалидов. Руководство и лидерство	<b>8</b>	<b>2</b>		<b>19</b>	
<b>Итого часов:</b>			<b>16</b>		<b>119</b>	<b>9</b>
						<b>Экзамен</b>

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «**Менеджмент адаптивной физической культуры**» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Темы рефератов, мультимедийных презентаций и контрольных работ**

1. Формирование, поддержание и развитие корпоративной культуры.
2. Организация системы международных связей в АФК.
3. Принципы формирования, поддержание и развитие имиджа общественной организации инвалидов.
4. Особенности проведения публичных мероприятий с участием лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
5. Развитие партнерских отношений между предпринимателями и персоналом.
6. Холдинговые компании. Хайтек-компании.
7. Специальный Олимпийский Комитет России
8. Развитие партнерских отношений между предпринимателями и персоналом.
9. Работа с персоналом в кризисных ситуациях.
10. Тенденции развития спонсорства в адаптивной физической культуре и спорте.
11. Способы эвакуации лиц с ограниченными возможностями на объектах адаптивной физической культуры при возникновении чрезвычайных ситуаций.
12. Эффективность деятельности менеджера общественной организации инвалидов.

13. Спонсорство в адаптивном спорте, как вид материальной поддержки.  
Критерии спонсорской деятельности.
14. Использование интернет-технологий в менеджменте.
15. Сценарий спортивного соревнования.
16. Принципы проведения массовых спортивных соревнований для инвалидов.
17. Требования по эффективности рекламы в сфере адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.
18. Методы получения конфиденциальной информации.
19. Адаптивное физическое воспитание в санаторно-курортной системе.
20. Роль, виды и функции адаптивных спортивных школ.
21. Содержание положения о спортивном соревновании и особенности его составления.

**Примерный перечень вопросов к экзамену по курсу дисциплины**  
***«Менеджмент адаптивной физической культуры»***

1. Понятие организационной структуры. Организационная деятельность как процесс.
2. Этапы и содержание организационного проектирования.
3. Принципы построения организаций. Факторы, влияющие на организационное построение.
4. Разновидности штабных полномочий. Эффективность распределения полномочий.
5. Типы организационных структур, характеристика и особенности.
6. Преимущества и недостатки централизованных и децентрализованных структур.
7. Принцип оптимального сочетания централизации и децентрализации как основной принцип менеджмента.
8. Демократизация управления. Участие работников в управлении и в прибылях компании.
9. Холдинговые компании. Франчайзинг. Фидуциарные отношения.
10. Цель как системообразующий фактор в управлении. Классификация целей в управлении.
11. Стратегический менеджмент. Миссия и стратегические цели организации. Выработка стратегии организации. Виды стратегий.
12. Реализация стратегии. Организационное развитие.
13. Организационная структура и культура как объекты стратегических изменений.
14. Стратегическое и оперативное планирование деятельности общественных организаций инвалидов
15. Принципы планирования деятельности общественных организаций инвалидов.

16. Проекты и бизнес-планы.
17. Проектирование и бизнес-планирование в области PR.
18. Оценка эффективности менеджмента, факторы и критерии эффективности управления. Количественные и качественные показатели эффективности.
19. Оценка эффективности управления.
20. Эффективность деятельности менеджера.
21. Виды учета и контроля.
22. Понятие о финансовом и административном контроле. Организационные формы контроля.
23. Система управленческого учета. Бухгалтерский, оперативный, финансовый и статистический учет.
24. Критерии эффективного контроля: стратегическая направленность, ориентация на результаты, своевременность, гибкость, простота, экономичность.
25. Ролевая структура группы. Формальные и неформальные группы, их типология. Факторы, оказывающие влияние на эффективность работы группы.
26. Власть и партнерство.
27. Основные стили руководства.
28. Руководство и лидерство как искусство менеджера.
29. Уровни информационного обеспечения менеджмента.
30. Управленческая внутрифирменная система информации: принципы, цели, функции.
31. Использование интернет-технологий в менеджменте.
32. Принципы и формы менеджмент-проектов.
33. Этапы разработки проекта и их содержание.
34. Основные мероприятия для защиты интеллектуальной собственности. Защита финансовой банковской деятельности.
35. Лицензия. Лицензионный договор. Лицензионный орган. Лицензиат. Лицензионные условия. Цель лицензирования.
36. Налоговое регулирование предпринимательской деятельности. Категории и показатели налогов.
37. Спонсорство, как вид материальной поддержки. Критерии спонсорской деятельности.
38. Организация спонсорской деятельности по развитию адаптивной физической культуры и спорта.
39. Сущность управления спортивным движением.
40. Регламент соревнований – содержание и особенности составления. Единый календарный план физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий.
41. Мотивирование как функция менеджмента. Основные задачи мотивирования.
42. Методы мотивирования: метод "кнути и пряника", административные санкции и стимулы, психологические методы.
43. Современные теории мотивации: содержательные и процессуальные теории.

44. Мотивация и компенсация.
45. Модели и методы мотивирования в практике современных менеджеров.

### **Контрольные вопросы для самопроверки знаний**

1. Назовите факторы, определяющие степень децентрализации
2. Каковы общие и специфические цели, цели подразделений и отдельных работников. Каков принцип разработки целей и их согласование.
3. Обоснуйте роль PR в разработке и реализации стратегии организации.
4. Назовите условия успешного планирования.
5. Дайте определение понятию «Надежность управления»
6. Назовите стадии контроля и дайте их краткую характеристику
7. Обоснуйте роль коллектива и коллективной работы в менеджменте.
8. Приведите примеры эффективного управления конфликтами.
9. Дайте характеристику информационным системам: операционные, мониторинга, обеспечения принятия решений; экспертные и коммуникационные.
10. Назовите типы и виды менеджмент-проектов.
11. Определите основные качества, достоинства и недостатки рекламы.
12. Договорные отношения: понятие о договоре, его содержание. Виды договоров
13. Страхование: содержание страхового договора, права и обязанности страхователя и страховщика. Назовите особые формы страхования.
14. Каковы виды и функции физкультурно-спортивных мероприятий.
15. Назовите основные направления по привлечению спонсоров для развития адаптивного спорта.
16. Охарактеризуйте содержание и задачи планирования деятельности общественных организаций инвалидов
17. Дайте характеристику видам и содержанию эффектов менеджмента
18. Назовите формы управленческого контроля.
19. Обоснуйте роль информации в деятельности организации.
20. Назовите основные проблемы информационной безопасности.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины**

### **а) Основная литература:**

1. Балдин К.В. Управленческие решения : учеб. по специальности 061100 "Менеджмент орг." : рек. Советом Умо вузов России по образованию в обл. менеджмента / К.В. Балдин, С.Н. Воробьев, В.Б. Уткин. - 5-е изд. - М.: Дашков и К, 2008.
2. Виханский О.С. Менеджмент : учеб. для студентов образоват.

учреждений сред. проф. образования, обучающихся по специальностям экономики и упр. : доп. М-вом образования РФ / О.С. Виханский, А.И. Наумов. - М.: Экономистъ, 2008.

3. Глушаков В.Е. Общий менеджмент / В.Е. Глушаков ; ГУО Респ. ин-т высш. шк. - [2-е изд.]. - Минск: Из-во Респ. ин-та высш. шк., 2010.

4. Егоршин А.П. Организация труда персонала : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности "Упр. персоналом" : доп. Советом Умо вузов России по образованию в обл. менеджмента / А.П. Егоршин, А.К. Зайцев. - М.: Инфра-М, 2009.

5. Зельдович Б.З. Менеджмент : учебник / Б.З. Зельдович. - Изд. 2-е, стер. - М.: Экзамен, 2009

6. Зуев В.Н. Менеджмент для спортивного организатора / Зуев В.Н., Сулейманов И.И.; СибГАФК. - Омск, 1997.

7. Менеджмент и экономика физической культуры и спорта : учеб. пособие для студ. вузов, обучающихся по спец. 033100 - Физ. культура : рек. умо по спец. пед. образования. - 2-е изд., стер. - М.: АСADEMIA, 2004.

8. Переверзев М.П. Менеджмент : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 050400 : доп. УМО по направлениям пед. образования М-ва образования и науки РФ / М.П. Переверзев, Н.А. Шайденко, Л.Е. Басовский ; под общ. ред. М.П. Переверзева. - 2-е изд., доп. и перераб. - М.: Инфра-М, 2008.

9. Тебекин А.В. Менеджмент организации : учеб. для студентов вузов, обучающихся по эконом. специальностям : рек. М-вом образования и науки РФ / А.В. Тебекин, Б.С. Касаев. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Кнорус, 2010.

#### **б) Дополнительная литература:**

1. Аминов И.И. Психология делового общения : учеб. пособие / И.И. Аминов. - 5-е изд., стер. - М.: Омега-Л, 2009. - 304 с.: ил.

2. Балабанов И.Т. Риск-менеджмент. - М.: Финансы и статистика, 1996.

3. Виссема Х. Менеджмент в подразделениях фирмы: Пер. с англ. - М.: ИНФРА-М, 1996.

4. Гусаров Ю.В. Менеджмент рекламы : учеб. пособие по специальности "Менеджмент орг." : доп. Советом Умо вузов России по образованию в обл. менеджмента / Ю.В. Гусаров. - М.: Экономика, 2009.

5. Дункан Д.У. Основопологающие идеи в менеджменте: Пер. с англ. - М.: Дело, 1996.

6. Егоршин А.П. Управление персоналом. - Н. Новгород: НИМБ, 1997.

7. Кравченко А.И. История менеджмента : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям "Социология" и "Соц. антропология" : доп. УМО по клас. унив. образованию / А.И. Кравченко ; Моск. гос. ун-т им. М.В. Ломоносова. - [8-е изд.]. - М.: Трикста: Акад. Проект, 2009.

8. Лэнд П.Э. Менеджмент - искусство управлять: Пер. с англ. - М.: ИНФРА-М, 1995.

9. Мотивация и стимулирование трудовой деятельности : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности "Менеджмент орг.", "Упр. персоналом" : рек. УМО вузов России по образованию в обл. менеджмента / А.Я. Кибанов [и др.] ; под. ред. д-ра эконом. наук проф. А.Я. Кибанова. - М.: Инфра-М, 2011.

10. Общий менеджмент / Под ред. Казанцева А.К. - М.: ИНФРА - М., 1999.

11. Переверзин И.И. Организация подготовки спортивных менеджеров : пособие для студентов специализации "Спорт. менеджмент" / И.И. Переверзин ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2004.

12. Семенов А.К. Психология и этика менеджмента и бизнеса : учеб. пособие / А.К. Семенов, Е.Л. Маслова. - 6-е изд., испр. и доп. - М.: Дашков и К, 2009.

13. Социальный менеджмент : учеб. пособие по дисциплине специализации специальности "Менеджмент орг." : рек. Сов. Умо по образованию / под ред. В.Н. Иванова, В.И. Патрушева. - М.: Гардарики, 2009.

14. Уткин Э.А. Конфликтология : Теория и практика / Э.А. Уткин. - М.: ЭКМОС, 2000. - 272 с.:

15. Починкин, А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта : учеб. пособие / А.В. Починкин .— Москва : Спорт, 2017 .— 385 с. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=64121> 3

16. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : [учебник] / С.П. Евсеев .— 2-е изд., стер. — Москва : Спорт, 2020 .— 617 с. — (Адаптивная физическая культура и спорт) . <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=734822>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://elibrary.ru/defaultx.asphttp://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины:

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

1. ЭБС РУКОНТ <https://lib.rucont.ru/>

2. Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>

3. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования

<https://fgosvo.ru/>

4. Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>
5. Реестр профстандартов Минтруда РФ <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>
6. Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>
7. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>
8. Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
9. Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>
10. Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>
11. Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
12. Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
13. Координационные советы по областям образования

<https://fgosvo.ru/ksumo/index>

14. Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА <http://rusada.ru/>
15. Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий

<https://www.minsport.gov.ru/activity/government-regulation/edinyj-kalendarnyj-plan/>

16. Государственная информационная система «Спорт» <https://sportrf.gov.ru/>
17. Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>
18. Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
19. Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
20. Адаптивная физическая культура <https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Для успешного формирования знаний по курсу «*Менеджмент адаптивной физической культуры*» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая персональный компьютер, проектор, экран, ученическую доску, комплекты аудиторной мебели.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Менеджмент адаптивной физической культуры»  
 для обучающихся института ИТРРиФ, 4 курса, направления подготовки  
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии  
здоровья (Адаптивная физическая культура)»  
 направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание

очная, заочная форма (м) обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр (очная форма), 8 (заочная форма),

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Выступление на семинаре «Анализ развития спортивного менеджмента в России»</i>	<i>33 неделя</i>	<i>10*</i>
2	<i>Тестирование «Основные принципы и функции менеджмента в АФК»</i>	<i>42 неделя</i>	<i>10*</i>
3	<i>Написание реферата по теме «Привлечение спонсоров в адаптивном спорте»</i>	<i>46 неделя</i>	<i>20*</i>
4	<i>Презентация по теме «Планирование деятельности общественных спортивных организаций инвалидов»</i>	<i>48 неделя</i>	<i>10*</i>
5	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>2 балла x 1 занятие = 20 баллов</i>
	<b>Экзамен по дисциплине</b>		<b>30*</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*\*примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

***Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине***

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Анализ развития спортивного менеджмента в России»</i>	<i>10</i>
2	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Основные принципы и функции менеджмента в АФК»</i>	<i>10</i>
3	<i>Написание реферата по теме «Привлечение спонсоров в адаптивном спорте»</i>	<i>15</i>



4	Презентация по теме «Планирование деятельности общественных спортивных организаций инвалидов»	10
---	---	----

### Для студентов заочной формы обучения

№	Виды текущего контроля	Максим. кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу(модулю) «Анализ развития спортивного менеджмента в России»	20
2	Тестирование «Основные принципы и функции менеджмента в АФК»	20
3	Контрольная работа по разделу(модулю) «Управление персоналом в спортивных организациях инвалидов»	15
4	Реферат «Привлечение спонсоров в адаптивном спорте»	15
5	Сдача экзамена	30
<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Кафедра теории и методики адаптивного физического воспитания**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)  
«Б1.В.23 Менеджмент адаптивной физической культуры»**

Направление подготовки/специальность:  
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 4 зачетные единицы, 144 академических часа
2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 8 (очная), 8 (заочная форма)
3. **Цель освоения дисциплины (модуля):**

Целями освоения дисциплины (модуля) профессионального цикла базовой части «**Менеджмент адаптивной физической культуры**» является: освоение студентами основных теоретических концепций управления, выработка навыков управленческого планирования, принятия и реализации административно-управленческих решений с учетом требований безопасности и защищенности людей с ограниченными возможностями при занятиях адаптивной физической культурой.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):** по результатам освоения дисциплины «Менеджмент адаптивной физической культуры» обучающиеся должны:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-2	<i>Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</i>	8		8
УК-2.1	Знает виды ресурсов и ограничений, основные методы оценки разных способов решения профессиональных задач.	8		8
УК-2.2	Умеет проводить анализ поставленной цели и формулировать задачи, необходимые для ее достижения, анализировать альтернативные варианты с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.	8		8
УК - 2.3	Владеет методологическими инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием имеющихся ресурсов и ограничений	8		8

5. **Краткое содержание дисциплины (модуля):**

**Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа		
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Теоретико-методические основы управления в АФК</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>12</b>		
<b>2</b>	1.1. Понятие и предмет менеджмента в АФК	<b>8</b>	2	4	6		
<b>3</b>	1.2. Основные принципы менеджмента. Функции менеджмента в АФК. Функции PR в управлении общественной организации инвалидов	<b>8</b>	2	6	6		
<b>4</b>	<b>Раздел 2. Информационные основы управления адаптивной физической культурой и спортом</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>12</b>		
<b>5</b>	2.1. Нормативно-правовые документы в управлении АФК	<b>8</b>	2	4	6		
<b>6</b>	2.2. Процесс разработки управленческого решения в области АФК. Процесс принятия и реализации управленческих решений в АФК.	<b>8</b>	4	6	6		
<b>7</b>	<b>Раздел 3. Система управления в АФК</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>28</b>	<b>41</b>		
<b>8</b>	3.1. Организационные структуры управления	<b>8</b>	2	4	6		
<b>9</b>	3.2. Цели организации. Стратегия развития спортивной организации в АФК	<b>8</b>	2	4	6		
<b>10</b>	3.3. Планирование деятельности общественных организаций инвалидов	<b>8</b>		4	6		
<b>11</b>	3.4. Эффективность менеджмента организаций в АФК	<b>8</b>	2	6	6		
<b>12</b>	3.5. Учет и контроль в менеджменте АФК	<b>8</b>	2	4	6		
<b>13</b>	3.6. Управление персоналом в общественных организациях инвалидов.	<b>8</b>	4	6	6		

	Руководство и лидерство					
	<b>Итого часов:</b>	<b>22</b>	<b>48</b>	<b>65</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Теоретико-методические основы управления в АФК</b>	<b>8</b>			<b>20</b>		
<b>2</b>	1.1. Понятие и предмет менеджмента в АФК	<b>8</b>			<b>10</b>		
<b>3</b>	1.2. Основные принципы менеджмента. Функции менеджмента в АФК. Функции PR в управлении общественной организации инвалидов	<b>8</b>			<b>10</b>		
<b>4</b>	<b>Раздел 2. Информационные основы управления адаптивной физической культурой и спортом</b>	<b>8</b>	<b>4</b>		<b>20</b>		
<b>5</b>	2.1. Нормативно-правовые документы в управлении АФК	<b>8</b>	<b>2</b>		<b>10</b>		
<b>6</b>	2.2. Процесс разработки управленческого решения в области АФК. Процесс принятия и реализации управленческих решений в АФК.	<b>8</b>	<b>2</b>		<b>10</b>		
<b>7</b>	<b>Раздел 3. Система управления в АФК</b>	<b>8</b>	<b>12</b>		<b>79</b>		
<b>8</b>	3.1. Организационные структуры управления	<b>8</b>	<b>2</b>		<b>20</b>		
<b>9</b>	3.2. Цели организации. Стратегия развития спортивной организации в АФК	<b>8</b>	<b>2</b>		<b>10</b>		
<b>10</b>	3.3. Планирование деятельности общественных организаций инвалидов	<b>8</b>	<b>2</b>		<b>10</b>		
<b>11</b>	3.4. Эффективность менеджмента организаций в АФК	<b>8</b>	<b>2</b>		<b>10</b>		
<b>12</b>	3.5. Учет и контроль в	<b>8</b>	<b>2</b>		<b>10</b>		

	менеджменте АФК						
<b>13</b>	3.6. Управление персоналом в общественных организациях инвалидов. Руководство и лидерство	<b>8</b>	<b>2</b>		<b>19</b>		
<b>Итого часов:</b>			<b>16</b>		<b>119</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.24 Адаптивный фитнес»**

Направление подготовки:  
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*  
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивной физической культуры  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Составители:

Рубцова Наталия Олеговна – кандидат педагогических наук, профессор,  
заведующая кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры  
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ».

Рецензент:



Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часа.**

### 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целями освоения дисциплины (модуля) «Адаптивный фитнес» является: формирование профессиональных навыков специалиста, расширение профессионального мировоззрения, формирование готовности специалиста принять на занятиях по оздоровительной физической культуре и фитнесу наряду со здоровыми, людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. «Адаптивный фитнес» реализуется на русском языке.

### 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-2	Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов	8		6
ПК-2.1	Знает: - законодательство по вопросам образования, опеки попечительства несовершеннолетних, дополнительных гарантиях, социальной поддержке детей- сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, социального обслуживания детей- инвалидов и другая нормативно-правовая документация в области оказания психологической, педагогической, реабилитационной помощи несовершеннолетним, законодательство в области защиты персональных данных; - педагогические закономерности организации образовательного процесса; - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях	8		6

	функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - состав испытаний, тестов для всех гендерных и возрастных групп, включая контрольные показатели испытаний, тестов и их нормативные значения			
ПК-2.2	Умеет: - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно- познавательную деятельность; - планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений; - определять готовность реабилитанта к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации	8		6
ПК-2.3	Имеет опыт: - разработки плана проведения занятия по адаптивной физической культуре по программам адаптивного физического воспитания, индивидуального плана физической реабилитации инвалида; - разработки и утверждения графиков проведения тестирования с периодичностью, установленной нормативными правовыми актами; - составления рекомендаций инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях	8		6

### 3. Структура и содержание дисциплины (модуля)

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			Занятия лекционного	Занятия семинарского о типа	Самостоятель ная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Раздел I.</b> Понятие, средства и методы адаптивного фитнеса	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>24</b>	<b>36</b>		
<b>2</b>	<b>Тема 1.</b> Физиологические механизмы адаптации организма к нагрузкам при отклонениях в состоянии здоровья.	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>		
<b>3</b>	<b>Тема 2.</b> Возрастно-половые особенности организации методики занятий в адаптивном фитнесе.	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>		
<b>4</b>	<b>Тема 3.</b> Адаптивный фитнес при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата.	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>4</b>		
<b>5</b>	<b>Тема 4.</b> Адаптивный фитнес при соматических заболеваниях.	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		
<b>6</b>	<b>Тема 5.</b> Адаптивный фитнес при сенсо-речевых нарушениях.	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		

7	<b>Тема 6.</b> Адаптивный фитнес при различных психо-эмоциональных состояниях.	8	2	4	6		
8	<b>Тема 7.</b> Адаптивный фитнес при беременности и в послеродовом периоде.	8		4	6		
9	<b>Итого 72</b>		12	24	36		зачет

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Курс	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Раздел I.</b> Понятие, средства и методы адаптивного фитнеса	3	6	18	48		
2	<b>Тема 1.</b> Физиологические механизмы адаптации организма к нагрузкам при отклонениях в состоянии здоровья.	3	2	2	8		
3	<b>Тема 2.</b> Возрастно-половые особенности организации методики занятий в адаптивном фитнесе.	3	2	2	8		
4	<b>Тема 3.</b> Адаптивный фитнес при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата.	3	2	2	8		
5	<b>Тема 4.</b> Адаптивный фитнес при соматических	3		4	6		

	заболеваниях.						
<b>6</b>	<b>Тема 5.</b> Адаптивный фитнес при сенсо-речевых нарушениях.	<b>3</b>		<b>2</b>	<b>6</b>		
<b>7</b>	<b>Тема 6.</b> Адаптивный фитнес при различных психо-эмоциональных состояниях.	<b>3</b>		<b>4</b>	<b>6</b>		
<b>8</b>	<b>Тема 7.</b> Адаптивный фитнес при беременности и в послеродовом периоде.	<b>3</b>		<b>2</b>	<b>6</b>		
<b>9</b>	<b>Итого 72</b>		<b>6</b>	<b>18</b>	<b>48</b>		<b>Зачет</b>

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «Адаптивный фитнес» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Темы рефератов, мультимедийных презентаций и контрольных работ**

1. Методика занятий адаптивным фитнесом в различные периоды беременности у женщин с отклонениями в состоянии здоровья.
2. Материально-техническое обеспечение занятия в адаптивном фитнесе.
3. Коррекционное значение занятий адаптивным фитнесом при срывах психической адаптации.
4. Значение адаптивного фитнеса для коррекции и компенсации нарушений развития, связанных с нарушением зрения..
5. Особенности занятий адаптивным фитнесом после заболеваний сердечно-сосудистой системы.
6. Особенности организации занятий адаптивным фитнесом с лицами, имеющими психические заболевания в стадии ремиссии
7. Релакс-тренинг при психогенных нарушениях.
8. Стретчинг для лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата

- 9 .Особенности проведения занятия адаптивным фитнесом для слепых и слабовидящих.
10. Методика дозировки нагрузки на занятиях адаптивным фитнесом при соматических заболеваниях.
- 11.Комплексный и индивидуальный подходы в адаптивном фитнесе.
- 12.Адаптационные реакции поврежденного организма и их влияние на методику занятий адаптивным фитнесом.

**Примерный перечень вопросов к зачету по курсу дисциплины «Адаптивный фитнес».**

1. Понятие адаптивного фитнеса.
2. Цели и задачи адаптивного фитнеса.
3. Адаптивный фитнес как оздоровительно-педагогический процесс.
4. Адаптивный фитнес как рекреационно-восстановительный процесс.
5. Физиологические обоснованные педагогические принципы в процессе коррекционно-восстановительной тренировки.
6. Комплексный и индивидуальный подходы в адаптивном фитнесе.
7. Основные закономерности индивидуальной адаптации.
8. Адаптационные реакции поврежденного организма.
9. Общие представления о компенсации нарушенных функций. Резервные средства организма.
- 10.Особенности занятий адаптивным фитнесом женщин.
- 11.Особенности занятий адаптивным фитнесом мужчин.
- 12.Особенности занятий адаптивным фитнесом в пожилом возрасте.
- 13.Особенности построения групповых программ в адаптивном фитнесе.
- 14.Особенности занятий адаптивным фитнесом после поражения опорно-двигательного аппарата.
- 15.Особенности занятий адаптивным фитнесом при соматических заболеваниях.
- 16.Особенности проведения занятия в адаптивном фитнесе для людей с сенсорно-речевыми нарушениями.
17. Материально-техническое обеспечение занятий в адаптивном фитнесе.
- 18.Особенности занятий адаптивным фитнесом при психогенных нарушениях.
- 19.Особенности занятий адаптивным фитнесом при тазовом предлежании плода и в разных его позициях.
- 20.Особенности занятий адаптивным фитнесом после родов и в послеродовом периоде у женщин с отклонениями в состоянии здоровья.
- 21.Возможности использования отягощений в занятиях адаптивным фитнесом.
- 22.Особенности занятий с использованием фитбол-мяча. Показания и противопоказания к занятиям на фитбол-мячах

23. Методика конструирования индивидуальных и групповых программ.

24. Классификация программ soft-направления в адаптивном фитнесе.

23. Особенности организации и содержания шейпинга в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности.

### **Контрольные вопросы для самопроверки знаний.**

1. Особенности методики и организации занятий адаптивным фитнесом при гинекологических заболеваниях.
2. Этика общения на занятиях адаптивным фитнесом с различными нозологическими группами занимающихся.
3. Особенности занятий адаптивным фитнесом при заболеваниях и повреждениях суставов.
4. Особенности занятий адаптивным фитнесом при заболеваниях желудочно-кишечного тракта
5. Тренажерные системы для лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата.
6. Особенности развития физических качеств и их значение в снижении травматизма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья,
7. Проблемы дефицита двигательной активности в зрелом и пожилом возрасте.
8. Анатомо-физиологические особенности мужского организма в норме и патологии.
9. Анатомо-физиологические особенности женского организма в норме и патологии.
10. Социальные задачи адаптивного фитнеса.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины**

### **а). Рекомендуемая литература(основная).**

1. Адаптивная физическая культура и функциональное состояние инвалидов: Учеб. пособие / С.И.Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, О.В.Морозова, А.А.Солодков. – СПб., 1996.
2. Аронов Г.Е., Иванова Н.И., Козлов М.И. Влияние физических нагрузок различной интенсивности на состояние иммунологической реактивности// Иммунология и аллергология. Киев, Вып. 20. – 1986.
3. Воробьев А.Н. Тренировка, работоспособность, реабилитация. – М.:

Физкультура и спорт, 1989.

4. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: Учебное пособие / Авторы-составители О.Э.Аксенова, С.П.Евсеев/ Под ред. С.П.Евсеева. – М.: Советский спорт, 2004.
5. Шихи К. Фитнесс-терапия. Пер. с англ. Гришин А.В. – М.:Терра-Спорт, 2001.-216 с.
6. Шенк М. Активный стретчинг. Пер. с франц. Е. Мениковой.- М.: «Издательство ФАИР», 2008. – 160 с.
7. Шоо М. Спортивные и подвижные игры для детей и подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата: Учебное пособие для студентов дефектологического факультета высших педагогических учебных заведений: Пер. с нем. Н.А. Горловой. – М.: Издательский центр «Академия», 2003.

**б) . Рекомендуемая литература(дополнительная).**

1. Амосов Н.М. Раздумья о здоровье. – М.: Физкультура и спорт, 1987.
2. Амосов Н.М., Бредет Я.А. Физическая активность и сердце. – К.: Здоровья, 1989.
3. Бальсевич В.К. Запорожанов В.А. Физическая активность человека. – Киев: Здоровья, 1987.
4. Бальсевич В.К. Здоровье в движении. – М.: Физкультура и спорт, 1988.
5. Гаркави Л.Х. Квакина Е.Б. Уколова М.А. Адаптационные реакции ирезистентность организма. – Ростов-на-Дону: Ростовский университет, 1990.
6. Игры. Обучение. Тренинг. Досуг / Под. ред. В. Петрусинского. – М., 1994.
7. Руненко С.Д. Врачебный контроль в фитнесе: моногр./С.Д.Руненко.-М.: Сов. Спорт,2009.-192 с.: ил.
8. Смирнов Д.И. Фитнес для умных/ Дмитрий Смирнов. –М.: Эксимо, 2010. - 439 с.: ил.
9. Рубцова, Н.О. Методические рекомендации по дисциплине «Адаптивный фитнес» / А.В. Рубцов; Н.О. Рубцова .— Москва : РГУФКСМиТ, 2016 <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=586379>
- 10.Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/519540>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети

«Интернет»:

1. <http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>



г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины:  
– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

1. ЭБС РУКОНТ <https://lib.rucont.ru/>
2. ЭБС ЮРАЙТ <https://urait.ru/library/uchebniki-dlya-vuzov/po-ugs/49-00-00-fizicheskaya-kultura-i-sport/49-03-02-fizicheskaya-kultura-dlya-lic-s-otklonenyami-v-sostoyanii-zdorovya-adaptivnaya-fizicheskaya-kultura>
3. Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>
4. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования  
<https://fgosvo.ru/>
5. Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>
6. Реестр профстандартов Минтруда РФ  
<https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>
7. Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>
8. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия  
<https://www.garant.ru/>
9. Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
10. Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>
11. Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>
12. Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
13. Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
14. Координационные советы по областям образования  
<https://fgosvo.ru/ksumo/index>
15. Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА <http://rusada.ru/>
16. Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий  
<https://www.minsport.gov.ru/activity/government-regulation/edinyj-kalendarnyj-plan/>
17. Государственная информационная система «Спорт» <https://sportrf.gov.ru/>

18. Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>
19. Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
20. Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
21. Адаптивная физическая культура <https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Для успешного формирования знаний по курсу «*Адаптивный фитнес*» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая персональный компьютер, проектор, экран, ученическую доску, комплекты аудиторной мебели.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Адаптивный фитнес» для обучающихся института ИТРРиФ, 4 курса очной формы обучения и 3 курса заочной формы обучения, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание очная, заочная формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методике адаптивной физической культуры  
 Сроки изучения дисциплины (модуля): 8 семестр (очная форма), 6 семестр (заочная форма)  
 Форма промежуточной аттестации: *зачет*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Для студентов очной формы обучения

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по теме: «Подбор средств и методов адаптивного фитнеса при заболеваниях и повреждениях ОДА»	30 нед	20*
2	Контрольная работа по теме: «Подбор средств и методов адаптивного фитнеса при соматических заболеваниях»	34 нед	20*
3	Контрольная работа по тем «Адаптивный фитнес при психо-эмоциональных нарушениях»	36 неж	20*
4	Реферат по теме: «Адаптивный фитнес для различных половозрастных нозологических групп».	38 нед	20
	<b>Зачет</b>		<b>20*</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

Для студентов заочной формы обучения

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по теме: «Подбор средств и методов		20*

	адаптивного фитнеса при заболеваниях и повреждениях ОДА»		
2	Контрольная работа по теме: «Подбор средств и методов адаптивного фитнеса при соматических заболеваниях»		20*
3	Контрольная работа по тем «Адаптивный фитнес при психо-эмоциональных нарушениях»		20*
4	Реферат по теме: «Адаптивный фитнес для различных половозрастных нозологических групп».		20
	<b>Зачет по дисциплине</b>		<b>20*</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

\* *примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра теории и методик адаптивной физической культуры**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.24 Адаптивный фитнес»**

Направление подготовки:  
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*  
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018г.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часов.**

### 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целями освоения дисциплины (модуля) «Адаптивный фитнес» является: формирование профессиональных навыков специалиста, расширение профессионального мировоззрения, формирование готовности специалиста принять на занятиях по оздоровительной физической культуре и фитнесу наряду со здоровыми, людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. «Адаптивный фитнес» реализуется на русском языке.

### 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-2	Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов	8		6
ПК-2.1	Знает: - законодательство по вопросам образования, опеки попечительства несовершеннолетних, дополнительных гарантиях, социальной поддержке детей- сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, социального обслуживания детей- инвалидов и другая нормативно-правовая документация в области оказания психологической, педагогической, реабилитационной помощи несовершеннолетним, законодательство в области защиты персональных данных; - педагогические закономерности организации образовательного процесса; - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях	8		6

	функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - состав испытаний, тестов для всех гендерных и возрастных групп, включая контрольные показатели испытаний, тестов и их нормативные значения			
ПК-2.2	Умеет: - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно- познавательную деятельность; - планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений; - определять готовность реабилитанта к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации	8		6
ПК-2.3	Имеет опыт: - разработки плана проведения занятия по адаптивной физической культуре по программам адаптивного физического воспитания, индивидуального плана физической реабилитации инвалида; - разработки и утверждения графиков проведения тестирования с периодичностью, установленной нормативными правовыми актами; - составления рекомендаций инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях	8		6

### 3. Структура и содержание дисциплины (модуля)

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
---	----------------------------	---------	---	---

			Занятия лекционного	Занятия семинарского о типа	Самостоятель ная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Раздел I.</b> Понятие, средства и методы адаптивного фитнеса	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>24</b>	<b>36</b>		
<b>2</b>	<b>Тема 1.</b> Физиологические механизмы адаптации организма к нагрузкам при отклонениях в состоянии здоровья.	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>		
<b>3</b>	<b>Тема 2.</b> Возрастно-половые особенности организации методики занятий в адаптивном фитнесе.	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>		
<b>4</b>	<b>Тема 3.</b> Адаптивный фитнес при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата.	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>4</b>		
<b>5</b>	<b>Тема 4.</b> Адаптивный фитнес при соматических заболеваниях.	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		
<b>6</b>	<b>Тема 5.</b> Адаптивный фитнес при сенсо-речевых нарушениях.	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		
<b>7</b>	<b>Тема 6.</b> Адаптивный фитнес при различных	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		



	психо-эмоциональных состояниях.						
8	<b>Тема 7.</b> Адаптивный фитнес при беременности и в послеродовом периоде.	8		4	6		
9	<b>Итого 72</b>		12	24	36		зачет

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Курс	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Раздел I.</b> Понятие, средства и методы адаптивного фитнеса	3	6	18	48		
2	<b>Тема 1.</b> Физиологические механизмы адаптации организма к нагрузкам при отклонениях в состоянии здоровья.	3	2	2	8		
3	<b>Тема 2.</b> Возрастно-половые особенности организации методики занятий в адаптивном фитнесе.	3	2	2	8		
4	<b>Тема 3.</b> Адаптивный фитнес при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата.	3	2	2	8		
5	<b>Тема 4.</b> Адаптивный фитнес при соматических заболеваниях.	3		4	6		

<b>6</b>	<b>Тема 5.</b> Адаптивный фитнес при сенсо-речевых нарушениях.	<b>3</b>		<b>2</b>	<b>6</b>		
<b>7</b>	<b>Тема 6.</b> Адаптивный фитнес при различных психо-эмоциональных состояниях.	<b>3</b>		<b>4</b>	<b>6</b>		
<b>8</b>	<b>Тема 7.</b> Адаптивный фитнес при беременности и в послеродовом периоде.	<b>3</b>		<b>2</b>	<b>6</b>		
<b>9</b>	<b>Итого 72</b>		<b>6</b>	<b>18</b>	<b>48</b>		<b>Зачет</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.25 «Инклюзивные программы в адаптивной физической культуре»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018\_г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института ТРРиФ \_\_\_\_\_  
Протокол № 66 от «26» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивной физической культуры  
(наименование)  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составители:

Рубцова Наталия Олеговна – к.,п.,н., профессор, зав. ТИМ АФК

Мелихов Виталий Вячеславович - к.п.н., доцент ТИМ АФК

\_\_\_\_\_  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) *«Инклюзивные программы в адаптивной физической культуре»* является овладение студентов педагогическими технологиями, применяемыми в инклюзивных программах адаптивной физической культуры, направленными на стимуляцию равноправия обучающихся с различным уровнем состояния здоровья, в том числе и инвалидов, и участия во всех аспектах жизни коллектива для обеспечения лучших условий их социализации и социальной интеграции.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина *«Инклюзивные программы в адаптивной физической культуре»* является обязательной дисциплиной вариативной части модуля профильных дисциплин.

Междисциплинарные связи осуществляются в процессе освоения материала по предметам *«Специальная психология»*, *«Педагогика ФКиС»*, *«Специальная педагогика»*, *«Теория и организация адаптивной физической культуры»*, *«Теоретико-методические основы АФВ»*, *«Организация физкультурно-массовой работы среди лиц имеющих отклонения в состоянии здоровья»*, *«Адаптивный фитнес»*. В этом плане программа дисциплины *«Инклюзивные программы адаптивной физической культуры»* является интегрирующей, формирующей профессиональные компетентности бакалавра по адаптивной физической культуре, преимущественная деятельность которой связана с физкультурно-оздоровительной, коррекционно-развивающей, тренировочно-соревновательной деятельностью с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Ускоренная форма обучения	Заочная форма обучения
	наименование			

1	3	5	6	7
<b>ПК-1</b>	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	<b>8</b>		<b>10</b>
ПК-1.1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании;</li> <li>- современные методики организации занятий специальным знаниям адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ;</li> <li>- принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой;</li> <li>- порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.</li> </ul>	<b>8</b>		<b>10</b>
ПК-1.2	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;</li> <li>- формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций;</li> <li>- планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида;</li> <li>- демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке;</li> <li>- использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре;</li> <li>- осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных,</li> </ul>	8		10

	рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных			
ПК-1.3	<p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастно-половых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп;</li> <li>- проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания;</li> <li>- контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.</li> </ul>	8		10

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетные единицы, 144 академических часа.

#### Очная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Раздел 1. Теоретические основы инклюзии и интеграции.	8	8	18	30		

Тема 1.1. Общее представление об инклюзивном и интегративном воспитании	8	2	4	6		
Тема 1.2. Функции инклюзивных занятий адаптивной физической культуры	8	2	4	8		
Тема 1.3. Особенности организации практических занятий адаптивного физического воспитания	8	2	4	8		
Тема 1.4. Адаптационные механизмы занятий физической культурой	8	2	6	8		
<b>Раздел 2. Методические особенности организации инклюзивных занятий АФВ.</b>	8	<b>10</b>	<b>22</b>	<b>42</b>		
Тема 2.1. Организация занятий адаптивным туризмом в процессе адаптивного физического воспитания	8	2	6	10		
Тема 2.2. Организация занятий в воде в процессе адаптивного физического воспитания	8	2	4	8		



Тема 2.3. Организация игровых занятий в процессе адаптивного физического воспитания	8	2	4	8		
Тема 3.1. Организац ия работы в физкультурно- спортивных клубах инвалидов.	8	2	4	8		
Тема 2.4. Организация танцевальных занятий в процессе адаптивного физического воспитания	8	2	4	8		
<b>Итого: 144</b>		<b>18</b>	<b>44</b>	<b>73</b>	9	<b>Экзамен</b>

### Заочная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации ( <i>по семестрам</i> )
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Раздел 1. Теоретические основы инклюзии и интеграции.</b>	10	2	4	48		
Тема 1.1. Общее представление об инклюзивном и интегративном воспитании	10		2			
Тема 1.2. Функции инклюзивных занятий адаптивной физической культуры	10		2	12		
Тема 1.3. Особенности организации практических занятий	10	2		14		

адаптивного физического воспитания						
Тема 1.4. Адаптационные механизмы занятий физической культурой	10			22		
<b>Раздел 2. Методические особенности организации инклюзивных занятий АФВ.</b>	10		<b>8</b>	<b>73</b>		
Тема 2.1. Организация занятий адаптивным туризмом в процессе адаптивного физического воспитания	10		2	12		
Тема 2.2. Организация занятий в воде в процессе адаптивного физического воспитания	10		2	10		
Тема 2.3. Организация игровых занятий в процессе адаптивного физического воспитания	10		2	26		
Тема 3.1. Организация работы в физкультурно-спортивных клубах инвалидов.	10		2	16		
Тема 2.4. Организация танцевальных занятий в процессе адаптивного физического воспитания	10			9		
<b>Итого: 144</b>		<b>2</b>	<b>12</b>	<b>121</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Инклюзивные программы в адаптивной физической культуре».**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «Инклюзивные программы в адаптивной физической культуре» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

**Примерная тематика рефератов и курсовых работ:**

1. Мировой опыт и перспективы инклюзивного воспитания в РФ.
2. Особенности организации инклюзивного воспитания.
3. Функции инклюзивных занятий адаптивной физической культуры.
4. Методы инклюзивных занятий адаптивной физической культуры.
5. Формы, структура и особенности организации инклюзивных занятий адаптивного физического воспитания.
6. Особенности организации педагогического контроля и самоконтроля на занятиях адаптивного физического воспитания.
7. Санитарно-гигиенические требования организации инклюзивных занятий адаптивного физического воспитания.
8. Организационные особенности инклюзивного воспитания.
9. Формирование компенсаторных приспособлений.
10. Механизмы адаптации организма к факторам внешней среды.
11. Особенности использования факторов внешней среды в адаптивном физическом воспитании.
12. Оздоровительные механизмы факторов внешней среды.
13. Социальное значение инклюзивного туризма.
14. Перспективы и особенности организации инклюзивного туризма.
15. Перспективы и особенности организации инклюзивных занятий аквааэробикой.
16. Перспективы и особенности организации инклюзивных занятий в воде в процессе адаптивного физического воспитания.
17. Перспективы и особенности организации инклюзивных танцевальных занятий в процессе адаптивного физического воспитания.

Перспективы и особенности организации инклюзивных игровых занятий в процессе адаптивного физического воспитания

**Примерный перечень вопросов к экзамену:**

1. Понятие «Адаптивное физическое воспитание», цель, задачи.
2. Формы проведения занятий адаптивного физического воспитания.
3. Структура инклюзивного занятия адаптивного физического воспитания.
4. Функции инклюзивных занятий адаптивной физической культуры.
5. Условия проведения и место инклюзивных занятий адаптивного физического воспитания в режиме дня.
6. Мировой опыт и перспективы инклюзивного воспитания в РФ.
7. Методы инклюзивных занятий адаптивной физической культуры.
8. Организация адаптивного физического воспитания в России.
9. В чём заключается суть процесса приспособления организма к окружающей среде.

10. Расскажите о генотипической и фенотипической адаптации.
11. Раскройте механизм адаптации.
12. Роль эмоций и эмоционального поведения в жизни человека?
13. Охарактеризуйте понятие «эмоции».
14. Биологическое значение адаптационного синдрома.
15. Физиологические изменения в организме человека в горах.
16. Влияние акклиматизации к высокогорному климату на резистентность организма.
17. Влияние климато-географических факторов на организм человека.
18. Особенности состава воздуха в горах, и его влияние на организм человека.
19. Влияние температуры воздуха на организм человека в горах.
20. Влияние водной среды на организм человека.
21. Социальная роль и физиологическое влияние инклюзивных занятий адаптивным туризмом.
22. Организация и методика инклюзивных занятий адаптивным туризмом.
23. Организация и методика инклюзивных занятий аква аэробикой.
24. Организация и методика инклюзивных занятий в воде (плавание, купание, ныряние, катание на водных лыжах и т.д.).
25. Организация и методика игровых инклюзивных занятий в процессе адаптивного физического воспитания.
26. Организация и методика инклюзивных танцевальных занятий в процессе адаптивного физического воспитания.
27. Организация и методика инклюзивных занятий адаптивной художественной гимнастикой.
28. Организация и методика инклюзивных эстафет.
29. Организация и методика инклюзивных занятий спортивными играми.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Инклюзивные занятия адаптивного физического воспитания. Цель. Задачи.
2. Особенности организации и проведения инклюзивных занятий адаптивного физического воспитания.
3. Методы инклюзивных занятий адаптивной физической культуры.
4. Использование факторов внешней среды в адаптивном физическом воспитании.
5. Педагогический контроль и самоконтроль на занятиях адаптивного физического воспитания.
6. Обеспечение безопасности в адаптивном туризме.
7. Физиологические механизмы адаптации.
8. Организация инклюзивных занятий адаптивным туризмом.
9. Организация инклюзивных занятий в воде в процессе адаптивного физического воспитания.

10. Организация инклюзивных танцевальных занятий в процессе адаптивного физического воспитания.

11. Организация инклюзивных игровых занятий в процессе адаптивного физического воспитания.

12. Организация инклюзивных эстафет.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Инклюзивные программы в адаптивной физической культуре».**

а) Основная литература:

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учеб. пособие для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 034300.62 : рек. умо высш. учеб. заведений РФ по образованию в обл. физ. культуры / под общ. ред. д-ра пед. наук, проф. С.П. Евсеева. - М.: Сов. спорт, 2014. - 297 с.: ил.
2. Аксенов А.В. Инклюзивное физическое воспитание в начальной школе : учеб. пособие для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлениям 032100 : рек. Умо вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры / А.В. Аксенов. - [М.]: [Арис], 2013. - 115 с.: табл.
3. Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учебн. пособие.- М.: Советский спорт, 2000.- 240 с.

б) Дополнительная литература:

1. Антонюк С.Д. Содержание адаптивного физкультурного образования детей с проблемами в состоянии здоровья и развития / Антонюк С.Д., Королев С.А., Стрекалов А.С. // Культура физическая и здоровье. - 2008. - N 2 (16). - С. 73-75.
2. Асташенко О.И. Энциклопедия лечебных движений при различных заболеваниях / О.И. Асташенко. – СПб.: Вектор, 2009. – 320 с.
3. Никулина Е.В. Интегрированное обучение в профессиональной подготовке студентов факультета физической культуры: Никулина Е.В. // Теория и практика физ. культуры. - 2006. - N 4. - С. 42-44.
4. Потапчук А.А. Адаптивная физическая культура в работе с детьми, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата (при заболевании детским церебральным параличом): Методическое пособие / А.А. Потапчук. - СПб, СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 2003, - 228 с.
5. Соломин В.П. Применение специалистами по физической культуре гуманитарных технологий в условиях инклюзивного образования /

- Соломин В.П., Митин А.Е. // Адаптивная физическая культура. - 2010. - N 4 (44). - С. 15-17.
6. Инклюзивное образование в России и Москве. Статистика и справочные материалы <http://www.dislife.ru/flow/theme/4696/>
  7. Инклюзивное образование <http://school2.gor.kubannet.ru/inkluziv.htm>
  8. Проблема инклюзивного образования в сфере физической культуры Е.С. Шилова <http://conf-v.narod.ru/Shilova.pdf>
  9. Частные методики адаптивной физической культуры : учебник / ред. Л.В. Шапкина .— Москва : Советский спорт, 2009 .— 608 с. : ил. — (Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья) <https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=747888>
  10. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / ред. С.П. Евсеев; О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев .— Москва : Спорт, 2016 .— 385 с. : ил. — (Адаптивная физическая культура и спорт). <https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=641336>
  11. Михальчи, Е. В. Инклюзивное образование : учебник и практикум для вузов / Е. В. Михальчи. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 172 с. — (Высшее образование) <https://urait.ru/bcode/532044>
  12. Фуряева, Т. В. Модели инклюзивного образования: учебное пособие для вузов / Т. В. Фуряева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 176 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10939-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515523>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- a. Операционная система – Microsoft Windows.
- b. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- c. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- ЭБС ЮРАЙТ <https://urait.ru/library/uchebniki-dlya-vuzov/po-ugs/49-00-00-fizicheskaya-kultura-i-sport/49-03-02-fizicheskaya-kultura-dlya-lic-s-otklonenyami-v-sostoyanii-zdorovya-adaptivnaya-fizicheskaya-kultura>
- Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Информационный портал «Информо» <https://www.informio.ru/>
- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования
- <https://fgosvo.ru/>
- Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>
- Реестр профстандартов Минтруда РФ <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>
- Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>
- Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
- Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>
- Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>
- Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
- Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
- Координационные советы по областям образования <https://fgosvo.ru/ksumo/index>
- Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА <http://rusada.ru/>
- Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий <https://www.minsport.gov.ru/activity/government-regulation/edinyj-kalendarnyj-plan/>
- Государственная информационная система «Спорт» <https://sportrf.gov.ru/>
- Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>
- Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>

- Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
- Адаптивная физическая культура\_ <https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Для успешного формирования знаний по курсу *«Инклюзивные программы в адаптивной физической культуре»* при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая персональный компьютер, проектор, экран, ученическую доску, комплекты аудиторной мебели.



## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Инклюзивные программы в адаптивной физической культуре для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 4 курса (очного обучения), 5 курса (заочного обучения) направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная физическая культура» направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание очной и заочной форм обучения.*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 8 семестр (очная форма), 10 семестр (заочная форма)

Форма промежуточной аттестации: Экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максим. кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Общее представление об инклюзивном и интегративном воспитании»	22-я неделя	20
2	Контрольная работа по разделу: «Методические особенности организации инклюзивных занятий АФВ»	27-я неделя	10
3	Написание реферата по разделу: «Особенности организации практических занятий адаптивного физического воспитания»	31-я неделя	22
4	Посещение занятий	Весь период	0,5 балла x 1=18
5	Сдача экзамена		30
<b>Итого</b>			<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине*

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максим. кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу «Общее представление об инклюзивном и интегративном воспитании»</i>	20
2	<i>Написание реферата по теме «Перспективы инклюзивного воспитания в РФ», пропущенному студентом</i>	20
3	<i>Презентация по пропущенной теме</i>	30
4	<i>Составление плана-графика на четверть</i>	30
<b>Итого баллов</b>		<b>100</b>

### Для студентов заочной формы обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максим. кол-во баллов
1	<i>Тестирование по разделу «Общее представление об инклюзивном и интегративном воспитании»</i>	10
2	<i>Подготовка презентации по теме: «Перспективы инклюзивного воспитания в РФ»</i>	20
3	<i>Выступление на семинаре «Функции инклюзивных занятий адаптивной физической культуры»</i>	20
4	<i>Выступление на семинаре «Адаптационные механизмы занятий физической культурой»</i>	20
5	<i>Сдача экзамена</i>	30
<b>Итого</b>		<b>100 баллов</b>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости в соответствии с набранными обучающимся баллами по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачетом, экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.25 «Инклюзивные программы в адаптивной физической культуре»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:  
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
«Адаптивная физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 4 зачетных единицы, 144 часа.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** *8 сем- на очной форме обучения, 10 сем. – на заочной форме обучения.*

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** овладение студентов педагогическими технологиями, применяемыми в инклюзивных программах адаптивной физической культуры, направленными на стимуляцию равноправия обучающихся с различным уровнем состояния здоровья, в том числе и инвалидов, и участия во всех аспектах жизни коллектива для обеспечения лучших условий их социализации и социальной интеграции.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Ускоренная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	8		10
ПК-1.1	- особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании; - современные методики организации занятий специальным знаниям адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при	8		10

	<p>освоении дополнительных общеобразовательных программ;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой;</li> <li>- порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.</li> </ul>			
ПК-1.2	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и формировании их жизненно-важных навыков;</li> <li>- формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохраненных функций;</li> <li>- планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида;</li> <li>- демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке;</li> <li>- использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре;</li> <li>- осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных</li> </ul>	8		10
ПК-1.3	<p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастно-половых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп;</li> </ul>	8		10

<ul style="list-style-type: none"> <li>- проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания;</li> <li>- контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.</li> </ul>			
---	--	--	--

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Очная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Раздел 1. Теоретические основы инклюзии и интеграции.</b>	8	8	18	30		
Тема 1.1. Общее представление об инклюзивном и интегративном воспитании	8	2	4	6		
Тема 1.2. Функции инклюзивных занятий адаптивной физической культуры	8	2	4	8		
Тема 1.3. Особенности организации практических занятий адаптивного физического воспитания	8	2	4	8		
Тема 1.4. Адаптационные	8	2	6	8		

механизмы занятий физической культурой						
<b>Раздел 2. Методические особенности организации инклюзивных занятий АФВ.</b>	8	<b>10</b>	<b>22</b>	<b>42</b>		
Тема 2.1. Организация занятий адаптивным туризмом в процессе адаптивного физического воспитания	8	2	6	10		
Тема 2.2. Организация занятий в воде в процессе адаптивного физического воспитания	8	2	4	8		
Тема 2.3. Организация игровых занятий в процессе адаптивного физического воспитания	8	2	4	8		
Тема 3.1. Организация работы в физкультурно-спортивных клубах инвалидов.	8	2	4	8		
Тема 2.4. Организация танцевальных занятий в процессе адаптивного физического воспитания	8	2	4	8		



<b>Итого: 144</b>		<b>18</b>	<b>44</b>	<b>73</b>	9	<b>Экзамен</b>
-------------------	--	-----------	-----------	-----------	---	----------------

### Заочная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Раздел 1. Теоретические основы инклюзии и интеграции.</b>	10	2	4	48		
Тема 1.1. Общее представление об инклюзивном и интегративном воспитании	10		2			
Тема 1.2. Функции инклюзивных занятий адаптивной физической культуры	10		2	12		
Тема 1.3. Особенности организации практических занятий адаптивного физического воспитания	10	2		14		
Тема 1.4. Адаптационные механизмы занятий физической культурой	10			22		
<b>Раздел 2. Методические особенности организации инклюзивных занятий АФВ.</b>	10		8	73		
Тема 2.1. Организация занятий адаптивным туризмом в процессе адаптивного физического воспитания	10		2	12		
Тема 2.2. Организация занятий в воде в процессе адаптивного	10		2	10		

физического воспитания						
Тема 2.3. Организация игровых занятий в процессе адаптивного физического воспитания	10		2	26		
Тема 3.1. Организация работы в физкультурно-спортивных клубах инвалидов.	10		2	16		
Тема 2.4. Организация танцевальных занятий в процессе адаптивного физического воспитания	10			9		
<b>Итого: 144</b>		<b>2</b>	<b>12</b>	<b>121</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Кафедра Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **«Б1.В.26. Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»  
(код и наименование)

профили: Адаптивное физическое воспитание  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *Очная и заочная*  
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивной физической культуры  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Составители: Махалин Аду Васильевич – к.б.н., доцент каф. ТиМ АФК;

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

**1.Цель освоения дисциплины.** Цель освоения дисциплины «Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья» является освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области адаптации к физическим нагрузкам у лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом подготовки к профессиональной деятельности по профилям подготовки.

**2.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП).** Курс «Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья» относится к вариативной части обязательных дисциплин. Изучению курса «Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам у лиц с отклонениями в состоянии здоровья» должно, по возможности, предшествовать изучение специальных дисциплин (медико-биологического цикла, а именно анатомии человека, физиологии человека, биомеханики), в которых студентов знакомят с общими положениями строения анатомии человека, основными физиологическими механизмами протекающими в организме, которая сформировалась и продолжает развиваться на стыке различных областей знания.

Знания, полученные в результате освоения этих дисциплин, позволят будущим специалистам – ориентироваться в вопросах биологии человека и использовать тренировочные нагрузки таким образом, чтобы они не приводили к патологическим изменениям жизненно важных систем организма. Данный курс реализуется на русском языке.

**3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК - 4	<p>Знает: - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.</p> <p>Умеет: - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.</p> <p>Владеет: - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на развитие физических качеств</p>	8		8
		8		8
		8		8

лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов; - разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.			
---	--	--	--

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 академических часов для очной формы обучения и заочной формы обучения.

##### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Раздел 1 Общие закономерности адаптации к физическим нагрузкам</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>12</b>	<b>36</b>		
<b>2</b>	1.1. Введение в курс дисциплины	<b>8</b>	<b>2</b>	2	6		
<b>3</b>	1.2. Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений	<b>8</b>	<b>2</b>	2	10		
<b>4</b>	1.3. Функциональные изменения в организме, возникающие при спортивной деятельности.	<b>8</b>	<b>2</b>	4	10		
<b>5</b>	1.4. Физиологические основы спортивной тренировки и развития тренированности	<b>8</b>		2	10		
<b>6</b>	<b>Раздел 2 Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с ограниченными возможностями</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>12</b>	<b>36</b>		
<b>7</b>	2.1. Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с нарушениями зрения.	<b>8</b>	<b>2</b>	2	10		
<b>8</b>	2.2. Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с нарушениями слуха.	<b>8</b>	<b>2</b>	4	10		
<b>9</b>	2.3. Особенности адаптации к	<b>8</b>	<b>2</b>	4	10		

	физическим нагрузкам лиц с детским церебральным параличом.						
<b>10</b>	2.4.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей.	<b>8</b>		2	6		
<b>Итого часов:</b>			<b>12</b>	<b>24</b>	<b>72</b>		<b>Диф.зачет</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Курс	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Раздел 1 Общие закономерности адаптации к физическим нагрузкам</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>32</b>		
<b>2</b>	1.5.Введение в курс дисциплины	<b>4</b>	<b>2</b>				
<b>3</b>	1.6.Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений	<b>4</b>		2			
<b>4</b>	1.7.Функциональные изменения в организме, возникающие при спортивной деятельности.	<b>4</b>		2	16		
<b>5</b>	1.8.Физиологические основы спортивной тренировки и развития тренированности	<b>4</b>		2	16		
<b>6</b>	<b>Раздел 2 Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с ограниченными возможностями</b>	<b>4</b>		<b>6</b>	<b>62</b>		
<b>7</b>	2.1.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с нарушениями зрения.	<b>4</b>		2	14		
<b>8</b>	2.2.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с нарушениями слуха.	<b>4</b>		2	16		
<b>9</b>	2.3.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с детским церебральным параличом.	<b>4</b>		2	16		
<b>10</b>	2.4.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей.	<b>4</b>			16		
<b>Итого часов:</b>			<b>2</b>	<b>12</b>	<b>94</b>		<b>Диф.зачет</b>



**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам у лиц с отклонениями в состоянии здоровья»**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

**Примерный перечень вопросов для зачета по курсу «Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья»:**

1) Оценка физической подготовленности лиц с ограниченными функциональными возможностями.

2) Особенности физического и моторного развития детей с ограниченными возможностями, обучающихся в общеобразовательных учреждениях.

3) Особенности психического развития детей с ограниченными возможностями, обучающихся в общеобразовательных учреждениях.

4) Особенности функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем детей с ограниченными возможностями, обучающихся в общеобразовательных учреждениях.

5) Состояние опорно-двигательного аппарата у детей с ограниченными возможностями, обучающихся в общеобразовательных учреждениях.

6) Особенности реабилитации детей-инвалидов в условиях общеобразовательной школы.

7) Особенности физического развития и двигательных нарушений у лиц с нарушениями зрения.

8) Особенности психического развития лиц с нарушениями зрения.

- 9) Состояние опорно-двигательного аппарата у лиц с нарушениями зрения.
- 10) Показания и противопоказания к физическим упражнениям у лиц с нарушениями зрения.
- 11) Задачи и методики физической реабилитации для инвалидов по зрению.
- 12) Особенности организаций занятий адаптивной физической культурой у лиц с нарушениями зрения.
- 13) Особенности физического развития у лиц с нарушениями слуха.
- 14) Особенности моторного развития лиц с нарушениями слуха.
- 15) Особенности развития двигательных качеств у слабослышащих и глухих людей.
- 16) Особенности психического развития лиц с нарушениями слуха.
- 17) Задачи и методики физической реабилитации инвалидов с нарушениями слуха.
- 18) Особенности организаций занятий адаптивной физической культурой со слабослышащими и глухими.
- 19) Речевые, психические двигательные нарушения при ДЦП.
- 20) Периоды восстановления двигательной сферы ребенка, страдающего ДЦП.
- 21) Особенности функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем у детей с ДЦП.
- 22) Особенности опорно-двигательного аппарата у детей с ДЦП.
- 23) Задачи физической реабилитации в разные периоды восстановления двигательной сферы у детей с ДЦП.
- 24) Особенности организации занятий адаптивной физической культурой с детьми с ДЦП.
- 25) Оценка эффективности коррекции двигательных нарушений при ДЦП.
- 26) Упражнения, стимулирующие психику, развитие речи и равновесие при ДЦП.

27) Особенности физического и психомоторного развития лиц с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей.

28) Особенности психического развития лиц с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей.

29) Особенности развития двигательных качеств у лиц с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей.

30). Задачи и методики физической реабилитации инвалидов с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей.

31) Особенности организаций занятий адаптивной физической культурой с лицами с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей.

32) Раскройте предмет исследования, цель и задачи физиологии спорта как науки.

33) Охарактеризуйте этапы становления и развития физиологии спорта.

34) Укажите специфические механизмы фенотипической адаптации.

35) Укажите преимущества долговременной адаптации.

36) Физиологические резервы: виды, их значение для спортсмена

37) Какие критерии лежат в основе классификации физических упражнений?

38) Дайте характеристику функциональным сдвигам, имеющим место при поддержании различных поз и статических нарезок.

39) Как изменяются механизмы энергообеспечения при выполнении циклических упражнений?

40) К каким функциональным системам, в первую очередь, и почему предъявляются особые требования при нестандартных движениях?

41) Какие из двигательных качеств меньше всего поддаются тренировке, а какие больше?

42) Какие из двигательных качеств больше всего востребованы в спортивной ходьбе, беге на коньках и на лыжах, гребле, плавании, единоборстве, фигурном катании, прыжках в воду?

43) Какие требования должны предъявляться к развитию силовых способностей?

44) Что является критерием адаптационных реакций на тренировку?

45) Перечислите показатели тренированности организма в состоянии покоя.

46) Каким образом тренировка аэробного характера улучшает доставку кислорода в мышечные волокна?

47) Как изменяются функции дыхания и ССС во время физической работы у спортсмена и нетренированного человека?

48) Почему для спортсменов, занимающихся видами спорта, не требующими проявления выносливости, важно улучшать кардиореспираторную выносливость?

#### **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.**

а) Основная литература:

1. Васенина, В.Г. Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам у лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учеб.-метод. пособие к автор. спецкурсу для студентов и бакалавров РГУФКСМиТ : специальности 032102.65 : специализации "Физ. реабилитация" : [рек. Эмс ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"] / В.Г. Васенина ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма". - М., 2014. - 76 с.

2. Солодков, А.С. Физиология человека : общ., спортив., возрастная : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 032100 : рек. УМО вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. - Изд. 4-е, испр. и доп. - М.: Сов. спорт, 2012. - 619 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. Денисенко, Ю.П. Физиологические механизмы адаптации организма спортсменов к экстремальным воздействиям / Ю.П. Денисенко, Ю.В. Высочин, Л.Г. Яценко // Теория и практика физ. культуры. - 2009. - № 11. - С. 27-32.

2. Москатова, А.К. Физиологические механизмы адаптации и развития тренированности : Лекция для студентов и слушателей ВШТ ГЦОЛИФК. - М.: Спортинформ, 1991. - 35 с.

3. Физиологические аспекты адаптивной физической культуры : учеб.-метод. пособие / В.Г. Васенина .— Москва : РГУФКСМиТ, 2017 .— 75 с. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=671388>

4. Частные методики адаптивной физической культуры : учебник / ред. Л.В. Шапкова .— Москва : Советский спорт, 2009 .— 608 с. : ил. — (Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья) <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=747888>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.ngpedia.ru/id155301p1.html>

2. <http://diplomba.ru/work/108971>

5. <http://www.medical-enc.ru/physiology/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>

- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования
- <https://fgosvo.ru/>
- Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>
- Реестр профстандартов Минтруда РФ <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>
- Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>
- Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
- Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>
- Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>
- Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
- Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
- Координационные советы по областям образования <https://fgosvo.ru/ksumo/index>
- Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА <http://rusada.ru/>
- Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
- Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий <https://www.minsport.gov.ru/activity/government-regulation/edinyj-kalendarjnyj-plan/>
- Государственная информационная система «Спорт» <https://sportrf.gov.ru/>
- Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>
- Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
- Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
- Адаптивная физическая культура <https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины .**

В процессе обучения используются аудитории для проведения лекций и практических занятий, компьютерные технологии, мультимедиа, библиотека ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», Анатомический музей кафедры анатомии и биологической антропологии, кафедральная антропометрическая лаборатория.

В процессе реализации курса «Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам у лиц с отклонениями в состоянии здоровья» необходимо следующее оборудование:

1. компьютерный класс с подключением к сети интернет;
2. мультимедиа проектор.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине «Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья» для обучающихся института Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»*  
*профиль Адаптивное физическое воспитание, формы (м) обучения очная и заочная*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Сроки изучения дисциплины: 8 семестр для очной формы обучения

Для заочной формы обучения – 4 курс

Форма промежуточной аттестации: диф. *зачёт*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Реферат по выбранной теме</i>	<i>5 неделя</i>	<i>10</i>
2	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>27</i>
3	<i>Выступление на семинаре «Функциональные изменения в организме, возникающие при спортивной деятельности»</i>	<i>6-7 неделя</i>	<i>6</i>
4	<i>Выступление на семинаре «Физиологические основы спортивной тренировки и развития тренированности»</i>	<i>7-8 неделя</i>	<i>6</i>
5	<i>Выступление на семинаре «Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с нарушениями зрения»</i>	<i>12 неделя</i>	<i>6</i>
6	<i>Выступление на семинаре «Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с нарушениями слуха»</i>	<i>13 неделя</i>	<i>6</i>
7	<i>Выступление на семинаре «Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей»</i>	<i>17 неделя</i>	<i>6</i>
8	<i>Презентация по выбранной теме</i>	<i>15-16 неделя</i>	<i>13</i>
	<b><i>Зачёт с оценкой</i></b>		<b><i>20</i></b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Наличие конспекта лекции и занятий</i>	<i>5</i>
3	<i>Выступление на семинаре, который пропущен</i>	<i>10</i>
4	<i>Подготовка доклада по выбору студента, по теме которой он пропустил,</i>	<i>10</i>

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.



5	Написание реферата по пропущенной теме	5
6	Презентация по пропущенной теме	15

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



*Институт Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса*

**Кафедра Физической реабилитации и оздоровительной физической  
культуры**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.26. Физиологические механизмы адаптации к физическим  
нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»  
(код и наименование)

профиль: Адаптивное физическое воспитание  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*  
Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины** составляет 3 зачетные единицы.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины:** 8 семестр для очной формы обучения, и 4 курс для заочной формы обучения.

**3.Цель освоения дисциплины:** является освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области адаптации к физическим нагрузкам у лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом подготовки к профессиональной деятельности по профилям подготовки.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:** Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний (ПК-4).

**5.Краткое содержание дисциплины:**

**Очная форма**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1 Общие закономерности адаптации к физическим нагрузкам	8	6	12	36		
2	1.9.Введение в курс дисциплины	8	2	2	6		
3	1.10.Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений	8	2	2	10		
4	1.11.Функциональные изменения в организме, возникающие при спортивной деятельности.	8	2	4	10		
5	1.12.Физиологические основы спортивной тренировки и развития тренированности	8		2	10		
6	Раздел 2 Особенности адаптации к	8	6	12	36		

	<b>физическим нагрузкам лиц с ограниченными возможностями</b>						
7	2.1.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с нарушениями зрения.	8	2	2	10		
8	2.2.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с нарушениями слуха.	8	2	4	10		
9	2.3.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с детским церебральным параличом.	8	2	4	10		
10	2.4.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей.	8		2	6		
<b>Итого часов:</b>			<b>12</b>	<b>24</b>	<b>72</b>		<b>Диф.зачет</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Курс	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Раздел 1 Общие закономерности адаптации к физическим нагрузкам</b>	4	2	6	32		
2	1.13.Введение в курс дисциплины	4	2				
3	1.14.Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений	4		2			
4	1.15.Функциональные изменения в организме, возникающие при спортивной деятельности.	4		2	16		
5	1.16.Физиологические основы спортивной тренировки и развития тренированности	4		2	16		
6	<b>Раздел 2 Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с ограниченными возможностями</b>	4		6	62		
7	2.1.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с нарушениями зрения.	4		2	14		
8	2.2.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с	4		2	16		

	нарушениями слуха.						
<b>9</b>	2.3.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с детским церебральным параличом.	<b>4</b>		2	16		
<b>10</b>	2.4.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей.	<b>4</b>			16		
<b>Итого часов:</b>			<b>2</b>	<b>12</b>	<b>94</b>		<b>Диф.зачет</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной  
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ДВ.01.01 Оздоровительные технологии в Физической реабилитации»**

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

профиль:

«Адаптивное физическое воспитание»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г

Москва – 2018г

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол №\_\_ от «\_\_»\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры  
Протокол № 2 от «12» сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры  
Протокол №\_\_ от «\_\_»\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры  
Протокол №\_\_ от «\_\_»\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры  
Протокол №\_\_ от «\_\_»\_\_ 20\_\_ г.

Составитель:

Власова Наталья Анатольевна кандидат педагогических наук, доцент – доцент  
кафедры Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры  
РГУФКСМиТ;

Рецензент:

Смоленский Андрей Вадимович доктор медицинских наук, профессор –  
профессор кафедры спортивной медицины РГУФКСМиТ;

## **1. Цель освоения дисциплины**

Освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области оздоровительных технологий в условиях современного общества и подготовка их к разносторонней профессиональной деятельности по специальности. Данный раздел программы посвящен использованию средств оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения, умению оценить состояние здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой, сформировать у студентов понимание, сути, задач принципов оздоровительной физической культуры на примере самостоятельно выбранной оздоровительной системы.

## **2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)**

Дисциплина «Оздоровительные технологии в ФР» входит в состав блока дисциплин по выбору в составе учебного плана направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», профиль «Адаптивное физическое воспитание» и необходима в профессионально-педагогической подготовке специалистов. Относится к профильному циклу вариативной части. Курс формирует у студентов профессиональные компетенции в осуществлении профессиональной деятельности, осуществляет теоретические обобщения практических навыков с целью решения, возникающих при проведении оздоровительных занятий и конкретных задач

Учебный процесс состоит из теоретического и практического разделов. В теоретическом разделе особое внимание уделяется истории развития оздоровительных технологий и понятиям о традиционных и нетрадиционных оздоровительных технологиях.

Основной частью курса дисциплины по выбору «Оздоровительные технологии в Физической реабилитации» является ознакомление и теоретико-практическое освоение студентами различных видов и методик оздоровительных технологий. Применение частных методик оздоровительных технологий при



различных заболеваниях и повреждениях. Сочетание оздоровительных технологий со средствами физической реабилитации.

Самостоятельно студенты выполняют задания преподавателей по теоретическим основам оздоровительных технологий. Проверка самостоятельной работы студентов по темам теоретико-практических семинаров осуществляется во время консультаций и собеседования, проверка знаний по овладению методиками оздоровительных технологий в физической реабилитации проводится при защите реферата, презентации на выбранную тему и решение тестов.

Зачет для очной и заочной форм обучения включает вопросы теории и защите реферата, презентации на выбранную тему и решение тестов.

Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные студентами при изучении таких дисциплин как: анатомия, экология, физиология, биология, биохимия, биомеханика, педагогика, психология, гигиена, массаж, частные методики лечебного массажа, спортивная медицина, ТФВ и дисциплины спортивно-педагогического цикла.

Рабочая программа дисциплины по выбору «Оздоровительные технологии в Физической реабилитации» имеет трудоемкость равную 3 зачетным единицам, т.е. 108 часов, из них для очной формы обучения: 18 часов – лекций, 36 часов – практических занятий, 54 часа – самостоятельной работы, для заочной формы обучения: 2 часа – лекций, 8 часов – практических занятий и 98 часов – самостоятельной работы.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ПК-1</b>	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			
	<p>ПК-1.1 Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании</p> <p>- современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;</p> <p>- формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций; - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического</p>	6		6

воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных мероприятий.

ПК-1.3. Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастно-половых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп; - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; - контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.

## Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет **3 зачетные единицы, 108 академических часа.**

**очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>I. Научно-методические основы оздоровительной физической культуры</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>10</b>		
<b>2</b>	1.1. Проблема здоровья человека 21 века	6	2	2	4		
<b>3</b>	1.2. Ведущие факторы, влияющие на здоровье человека	6	2	2	6		
<b>4</b>	<b>II. Характеристика оздоровительных систем, технологий, методик</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>16</b>		
<b>5</b>	2.1. Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности	6	2	4	6		
<b>6</b>	2.2. Методика оздоровительной гимнастики	6	2	2	6		
<b>7</b>	2.3. Оздоровительный фитнес	6		2	4		
<b>8</b>	<b>III. Направленное использование оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>18</b>	<b>20</b>		
<b>9</b>	3.1. Здоровьеформирующее и здоровьесберегающее пространство в образовательно-воспитательном процессе	6		6	4		
<b>10</b>	3.2. Развивающая педагогика оздоровления	6		2	4		
<b>11</b>	3.3. Основные направления здоровьесбережения студентов	6		2	4		
<b>12</b>	3.4. Гимнастика оздоровительно-спортивной направленности	6		4	4		

13	3.5.Оздоровительная физическая культура в жизни людей пожилого и старшего поколения	6		4	4		
14	<b>IV. Контроль в оздоровительной гимнастике</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>8</b>		
15	4.1.Особенности построения занятий, направленных на профилактику и коррекцию основных отклонений в состоянии здоровья у детей дошкольного и школьного возраста	6	2	4	4		
16	4.2.Агитационно-пропагандистские формы оздоровления людей	6	2	2	4		
17							<b>Зачет</b>
<b>Итого часов:</b>			<b>18</b>	<b>36</b>	<b>54</b>		

### заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>I. Научно-методические основы оздоровительной физической культуры</b>	6	2		14		
2	1.1. Проблема здоровья человека 21 века	6			6		
3	1.2.Ведущие факторы, влияющие на здоровье человека	6			8		
4	<b>II. Характеристика оздоровительных систем, технологий, методик</b>	6		2	22		
5	2.1.Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности	6			8		
6	2.2. Методика оздоровительной гимнастики	6			8		
7	2.3.Оздоровительный фитнес	6			6		
8	<b>III. Направленное использование оздоровительной физической</b>	6		4	48		

	<b>культуры в жизни различных контингентов населения</b>						
<b>9</b>	3.1.Здоровьеформирующее и здоровьесберегающее пространство в образовательно-воспитательном процессе	6			10		
<b>10</b>	3.2.Развивающая педагогика оздоровления	6			8		
<b>11</b>	3.3.Основные направления здоровьесбережения студентов	6			10		
<b>12</b>	3.4.Гимнастика оздоровительно-спортивной направленности	6			10		
<b>13</b>	3.5.Оздоровительная физическая культура в жизни людей пожилого и старшего поколения	6			10		
<b>14</b>	<b>IV. Контроль в оздоровительной гимнастике</b>	<b>6</b>		<b>2</b>	<b>14</b>		
<b>15</b>	4.1.Особенности построения занятий, направленных на профилактику и коррекцию основных отклонений в состоянии здоровья у детей дошкольного и школьного возраста	6			8		
<b>16</b>	4.2.Агитационно-пропагандистские формы оздоровления людей	6			6		
<b>17</b>							<b>Зачет</b>
<b>Итого часов:</b>			<b>2</b>	<b>8</b>	<b>98</b>		

## **II. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

### **1. Разделы курса**

**Раздел 1.** Научно-методические основы оздоровительной физической культуры.

**Раздел 2.** Характеристика оздоровительных систем, технологий, методик.

**Раздел 3.** Направленное использование оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения.

**Раздел 4.** Контроль в оздоровительной гимнастике.

## **2. Темы и краткое содержание**

### **1. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

#### **Тема 1.1 Проблема здоровья человека 21 века**

Проблемы здоровья человека. Научные основы оздоровительной гимнастики. Естественно-биологические основы оздоровления. Социально-педагогические аспекты оздоровительной гимнастики. Методологические основы оздоровительной гимнастики. Составляющие здоровья человека. Оценка и самооценка физического здоровья. Психическое здоровье. Самодиагностика психического состояния. Социальное здоровье.

#### **Тема 1.2 Ведущие факторы, влияющие на здоровье человека**

Образ жизни и здоровье. Экологические аспекты здоровья человека. Двигательная активность и здоровье. Личная гигиена и здоровье. Основы рационального питания.

### **2. ХАРАКТЕРИСТИКА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ СИСТЕМ, ТЕХНОЛОГИЙ, МЕТОДИК**

#### **Тема 2.1 Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности**

Информационно-ознакомительные характеристики ОВГ. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем.

Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности. Гимнастика оздоровительно-спортивной направленности. Методические основы оздоровительной гимнастики. Приемы и методы оздоровления организма. Основные характеристики оздоровительных систем.

Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности. Оздоровительная система К.Купера. Оздоровительные системы аэробной направленности. Основные принципы оздоровительной системы Е.Г.Мильнера. Оздоровительная программа Н.М. Амосова. Атлетическая гимнастика. Изотон. Водная гимнастика. Восточные системы оздоровительной гимнастики.

## **Тема 2.2 Методика оздоровительной гимнастики**

Методические основы оздоровительной гимнастики. Формы занятий оздоровительной гимнастикой. Содержание оздоровления. Методические принципы применения упражнений развивающего характера.

## **Тема 2.3.Оздоровительный фитнес**

Фитнес как новое направление, включающее комплексную систему оздоровления: занятия физкультурой, спортом, питание, образ жизни. Направления фитнеса.

## **3. НАПРАВЛЕННОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ЖИЗНИ РАЗЛИЧНЫХ КОНТИНГЕНТОВ НАСЕЛЕНИЯ**

### **Тема 3.1 Здоровьеформирующее и здоровьесберегающее пространство в образовательно-воспитательном процессе**

Здоровьеформирующее и здоровьесберегающее пространство дошкольников. Содержание физкультурно-оздоровительной работы дошкольных учреждений по охране физического, психического и социального здоровья дошкольников. Учет возрастных особенностей детей дошкольного возраста в процессе занятий физическими упражнениями. Требования к оздоровительным программам дошкольников

Роль семьи, образовательных учреждений в сохранении и укреплении здоровья детей.

### **Тема 3.2 Развивающая педагогика оздоровления**

Физическое воспитание детей школьного возраста с ослабленным здоровьем. Профилактика и коррекция основных отклонений в состоянии здоровья у школьников: нарушение осанки; плоскостопие; ожирение. Сохранение здоровья в профессиональной деятельности. Кинезиология на физкультурных занятиях. Тренинг межполушарного взаимодействия.

### **Тема 3.3 Основные направления здоровьесбережения студентов**

Физическое воспитание студентов с ослабленным здоровьем. Особенности возрастного развития учащейся молодежи. Динамика работоспособности



студентов, особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности и укрепления здоровья студентов. Структура оздоровительных программ.

#### **Тема 3.4 Гимнастика оздоровительно-спортивной направленности**

Снарядовая гимнастика. Акробатика. Художественная гимнастика. Спортивная аэробика. Акробатический рок-н-рол. Спортивный фитнес. Групповая гимнастика «Евротим».

#### **Тема 3.5 Оздоровительная физическая культура в жизни людей пожилого и старшего поколения**

Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте. Старение и задачи направленного физического воспитания в пожилом и старшем возрасте. Учет факторов, определяющих особенности применения физических упражнений. Выбор адекватных средств физической культуры для оздоровления лиц пожилого и старшего возраста. Содержание и организационно методические основы занятий. Разработки оздоровительных программ для лиц пожилого и старшего возраста.

### **4. КОНТРОЛЬ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКЕ**

#### **Тема 4.1 Особенности построения занятий, направленных на профилактику и коррекцию основных отклонений в состоянии здоровья у детей дошкольного и школьного возраста**

Особенности построения оздоровительных занятий по гимнастике. Оздоровительный фитнес. Занятия по общей физической подготовке. Комплексно-комбинированное занятие. Основная гимнастика. Профилактика нарушений осанки школьников. Профилактика плоскостопия. Профилактика ожирения. Комплексная диагностика детей дошкольного и школьного возраста

#### **Тема 4.2 Агитационно-пропагандистские формы оздоровления людей**

Массовые спортивно-художественные представления как жанр зрелищного искусства. Творчество и технология. Гимнастические выступления. Конкурсы и шоу-программы. Массовые соревнования.

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

### **Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы.**

1. Критерии современных представлений о здоровье человека.
2. Методологические аспекты профилактической медицины.
3. Экологические аспекты здоровья человека.
4. Влияние двигательной активности на здоровье человека.
5. Проблемы здоровья и образа жизни.
6. Психологические факторы здоровья.
7. Самосознание здоровья как индивидуальной ценности.
8. Тенденции в здоровье мужчин и женщин.
9. Проблемы сохранения здоровья женщины в современном обществе средствами физической культуры.
10. Профессиональное здоровье. Факторы профессиональной работоспособности.
11. Признаки психического и физического старения.
12. Профилактика старения.
13. Методические принципы занятий оздоровительной направленности.
14. Психосоматические связи и их роль в развитии телесных заболеваний.
15. Применение здоровьесберегающих технологий с использованием физических упражнений для улучшения функционального состояния организма в зависимости от пола, возраста занимающихся.

16. Применение здоровьесберегающих технологий с использованием физических упражнений для улучшения психофизического здоровья дошкольников.

17. Применение здоровьесберегающих технологий с использованием физических упражнений для улучшения психофизического здоровья младших школьников.

18. Применение здоровьесберегающих технологий с использованием физических упражнений для улучшения психофизического здоровья подростков.

19. Применение здоровьесберегающих технологий с использованием физических упражнений для улучшения психофизического здоровья учащихся старших классов.

20. Применение здоровьесберегающих технологий с использованием физических упражнений для улучшения психофизического здоровья учащейся молодежи.

21. Применение здоровьесберегающих технологий с использованием физических упражнений для улучшения психофизического здоровья трудящихся.

22. Производственная гимнастика как фактор оптимизации психофизического состояния и повышения работоспособности.

23. Связь физических упражнений с питанием.

24. Питание при занятиях оздоровительной тренировкой.

25. Современные оценки уровня (количества) здоровья.

26. Что означает термин «фитнес»?

27. Каковы цели оздоровительной физической культуры?

28. Какие виды фитнеса относятся к китайским оздоровительным системам?

29. Используется ли в оздоровительной тренировке принцип сверхнагрузки?

30. Укажите, как называется система дыхания в йоге.

31. Кто впервые ввел термин «аэробика»?
32. В каком возрасте особенно ярко проявляются половозрастные различия в выборе фитнес-программ?
33. Какой метод разучивания элементов в классической аэробике является наиболее доступным?
34. Кто является автором крылатого выражения: «В здоровом теле – здоровый дух»?
35. Какова оптимальная частота занятий фитнесом в неделю?
36. Укажите оптимальную длительность занятий оздоровительным фитнесом.
37. Используются ли силовые тренажеры при работе с подростками 14–17 лет?
38. Какие виды спорта лучше всего отражают специфику аэробики?
39. Назовите наиболее популярные методы развития гибкости в оздоровительном фитнесе.
40. Какие виды фитнеса наиболее активно воздействуют на сердечно-сосудистую систему?
41. На сколько счетов выполняется кроссстеп?
42. Всегда ли показ упражнений классической аэробики должен проводиться в зеркальном отображении?
43. Укажите среднюю продолжительность заключительной части урока классической аэробики.
44. В чем заключается особенность восточных систем оздоровления?
45. Разновидностью какого рода гимнастики является тайцзицюань?
46. К какому подходу в оздоровлении человека относится метод Фельденкрайза?
47. Как называется восточная оздоровительнореабилитационная система, включающая в себя физические и дыхательные упражнения, релаксацию и медитацию?
48. Что означает понятие «стретчинг»?

49. Какие направления йоги рекомендуется применять при работе с детьми 6–9 лет?
50. Используются ли игры, построенные на тактильных ощущениях, при работе с детьми 6–9 лет?
51. Укажите, в каком возрасте можно вводить занятия со скакалкой (Rope Skipping).
52. При работе с детьми какого возраста в выборе фитнес-программ следует учитывать особенно ярко проявляющиеся половозрастные различия?
53. Кто был разработчиком программ степ-аэробики?
54. Какова высота платформы, рекомендуемой для занятий степ-аэробикой с детьми 10–13 лет?
55. Укажите размер длинной скакалки, применяемой в аэробике.
56. Кто впервые стал применять упражнения на мяче в системе оздоровительных занятий?
57. Как называется ускоренное развитие живого организма?
58. Укажите нормальную величину ЧСС в состоянии покоя у детей в возрасте 10–11 лет.
59. Что означает термин «заминка» в классической аэробике:
- а) снижение интенсивности
  - б) сбой в последовательности выполнения элементов
  - в) паузы между частями урока.
60. Укажите, какой тип дыхания преобладает у мальчиков с 10-летнего возраста.
61. Как называется период, предшествующий половому созреванию?
62. Что понимается под физической культурой, каковы ее роль и значение в воспитании здорового образа жизни человека?
63. Оздоровительные системы физической культуры, различия в их целях, содержании и формах организации занятий.

64. Раскройте понятие физического качества быстроты, от чего оно зависит и с помощью каких тестовых упражнений может быть измерен уровень его развития.

65. Раскройте понятие индивидуального режима дня и объясните, с какой целью он разрабатывается, какие формы занятий физическими упражнениями он может в себя включать.

66. Раскройте понятие физической нагрузки и как ее можно измерять во время самостоятельных занятий физическими упражнениями в спортивном зале и на открытых площадках, охарактеризуйте способы изменения величины физической нагрузки.

67. Охарактеризуйте основные процедуры закаливания организма и их положительное влияние на организм человека, раскройте основные правила дозировки одной из закаливающих процедур.

68. Дайте определение физической подготовки и охарактеризуйте её целевое назначение, в каких формах занятий её можно проводить и какими способами можно оценивать.

69. Охарактеризуйте роль и значение занятий физической культурой для организации трудовой (или учебной) деятельности, расскажите о формах занятий и оздоровительных процедурах, содействующих профилактике утомления.

70. Дайте определение качеству гибкости, от чего оно зависит и с помощью каких тестовых упражнений может быть измерен уровень его развития.

71. Охарактеризуйте, какие формы занятий включаются в режим учебного дня учащихся ВУЗов и, каким содержанием они наполняются.

72. Раскрыть основные положения законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте.

73. Раскройте правила техники безопасности при проведении подвижных игр с учащимися на улице и в спортивном зале.

74. Раскройте понятие «активный отдых» и дайте характеристику основных форм его организации, расскажите о его содержании

### **Примерный перечень вопросов к зачету по всему курсу**

1. Особенности культурных ценностей в физкультурно-оздоровительной деятельности человека.
2. Информационная политика в мире физкультурно-оздоровительной деятельности человека.
3. Особенности развития массового спорта в России и в зарубежных странах.
4. Научно-техническая революция как фактор развития физкультурно-оздоровительных технологий в условиях жизни современного общества.
5. Социально-психологические факторы оздоровительных систем.
6. Основные направления оздоровительных систем.
7. Оздоровительная направленность как важнейший принцип системы физического воспитания.
8. Особенности биологической системы организма.
9. Назовите основные (базовые) цели жизни человека с учетом уровней пирамидальной структуры системы «Человек»?
10. Перечислите основные функциональные факторы оздоровления.
11. Перечислите основные естественные факторы оздоровления.
12. Перечислите факторы риска, воздействующие на здоровье человека.
13. Дайте определение понятию «здоровый образ жизни». Разграничьте понятия «сохранение здоровья», «формирование здоровья», «укрепление здоровья».
14. Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности.
15. Гимнастика оздоровительно-спортивной направленности.
16. Методика оздоровительной направленности.
17. Особенности построения оздоровительных занятий по гимнастике.

18. Агитационно-пропагандистские формы оздоровительной гимнастики.
19. Основы построения оздоровительной тренировки.
20. Методические правила построения физкультурных занятий с оздоровительной направленностью.
21. Дозирование нагрузки по относительным значениям мощности физических нагрузок.
22. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем: аэробика; ритмическая гимнастика; шейпинг; калланетика; гидроаэробика; дыхательная гимнастика.
23. Физическое воспитание детей дошкольного и школьного возраста с ослабленным здоровьем.
24. Профилактика и коррекция основных отклонений в состоянии здоровья у школьников: нарушение осанки; плоскостопие; ожирение.
25. Физическое воспитание студентов с ослабленным здоровьем.
26. Самоконтроль при самостоятельных занятиях физическими упражнениями с оздоровительной направленностью.
27. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой.
28. Особенности системы питания современного человека как одного из факторов здоровья.
29. Направленное использование оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения.
30. Здоровьеформирующее и здоровьесберегающее пространство дошкольников.
31. Образование тренировочного эффекта в процессе оздоровления.
32. Методические принципы занятий оздоровительной направленности.
33. Оздоровительная система К.Купера.
34. Оздоровительные системы аэробной направленности.
35. Оздоровительная программа Н.М.Амосова.



36. Атлетическая гимнастика.
37. Оздоровительная система «Изотон».
38. Нетрадиционные оздоровительные системы. Разновидности Йоги.
39. Фитнес как новое оздоровительное направление.
40. Содержание физкультурно-оздоровительной работы дошкольных учреждений по охране физического, психического и социального здоровья дошкольников.
41. Роль семьи, образовательных учреждений в сохранении и укреплении здоровья детей.
42. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности и укрепления здоровья студентов.
43. Организационно методические основы занятий с людьми пожилого и старшего возраста.
44. Традиционные и нетрадиционные средства физической культуры в пожилом возрасте.
45. В соответствии с какими принципами осуществляется построение оздоровительной физической тренировки?
46. Какие основные методы используются в оздоровительной физической тренировке?
47. Особенность построения тренировочного процесса в оздоровительной тренировке для создания поддерживающего и тренировочного эффектов?
48. Какие принципы лежат в основе фитнес-тренинга?
49. Перечислите основные принципы оздоровительно-развивающей тренировки (ОРТ) в фитнесе.
50. Что означает феномен сверхнагрузки и следует ли его применять в ОРТ для детей и подростков?

### **Темы рефератов**

1. Основы оздоровительной тренировки.

2. Профилактика остеохондроза средствами плавания (выбор возраста по желанию).
3. Производственная гимнастика как фактор оптимизации психофизического состояния и повышения работоспособности.
4. Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности.
5. Гимнастика оздоровительно-спортивной направленности.
6. Особенности построения оздоровительных занятий по гимнастике.
7. Основы построения оздоровительной тренировки.
8. Построения физкультурных занятий с оздоровительной направленностью.
9. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем: аэробика.
10. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем: ритмическая гимнастика.
11. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем: калланетика.
12. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем: гидроаэробика.
13. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем: дыхательная гимнастика.
14. Физическое воспитание детей дошкольного и школьного возраста с ослабленным здоровьем.
15. Профилактика и коррекция основных отклонений в состоянии здоровья у школьников: нарушение осанки; плоскостопие; ожирение.
16. Физическое воспитание студентов с ослабленным здоровьем.
17. Направленное использование оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения.
18. Здоровьеформирующее и здоровьесберегающее пространство дошкольников.
19. Образование тренировочного эффекта в процессе оздоровления.

20. Методические принципы занятий оздоровительной направленности.
21. Оздоровительная система К.Купера.
22. Оздоровительные системы аэробной направленности.
23. Оздоровительная программа Н.М.Амосова.
24. Атлетическая гимнастика.
25. Оздоровительная система «Изотон».
26. Нетрадиционные оздоровительные системы. Разновидности Йоги.
27. Фитнес как новое оздоровительное направление.
28. Содержание физкультурно-оздоровительной работы дошкольных учреждений по охране физического, психического и социального здоровья дошкольников.
29. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности и укрепления здоровья студентов.
30. Традиционные и нетрадиционные средства физической культуры в пожилом возрасте.
31. Система доктора Баха.
32. Система дыхания Бутейко.
33. Система Порфирия Иванова.
34. Русская здрава, Система Шаталовой.
35. Система Норбекова и Сам Чон До.
36. Система Каппо.
37. Медитативные упражнения в кунг-фу.
38. Макробиотика Дзен.
39. Система Ниши.

### **Решение ситуационных задач**

**Практическое задание №1:** «Разработка оздоровительных программ для лиц пожилого и старшего возраста»

Преподаватель ставит цель и задачи, возраст и функциональное состояние человека и дает задание студенту по составлению системы занятий

оздоровительным бегом (на месяц). Студент должен объяснить, в чем будет заключаться ее оздоровительная направленность, определить режим нагрузки и обосновать оздоровительную направленность выполненного задания. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и представляет оздоровительную программу на семинарском занятии.

**Практическое задание №2:** «Разработать новые формы организации и проведения занятий с дошкольниками»

Преподаватель ставит цель и задачи, возраст детей и дает задание студенту по составлению комплексов и упражнений. Студент должен составить комплексы упражнений и объяснить, в чем будет заключаться их оздоровительная направленность. Примерные комплексы:

- комплексы ОРУ с мячом по кинезиологии;
- вокально-двигательные упражнения;
- упражнения через средства музыкотерапии, имаготерапии;
- упражнения для развития сенсомоторики;
- занятия с элементами лечебной физкультуры.

**Практическое задание №3:** «Разработка проекта личного здоровьесбережения студента»

Преподаватель ставит цель и задачи для разработки проекта. В проект должны входить следующие понятия: здоровый образ жизни, рациональное питание, занятия физической культурой и спортом, рациональный режим дня (учеба, активный отдых и сон), соблюдение гигиены. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и представляет свой проект на семинарском занятии.

**Практическое задание №4:** «Разработка физкультурно-оздоровительных методик и систем»

Преподаватель ставит цель и задачи, пол, возраст занимающихся (групповое или индивидуальное занятие) и дает задание студенту по составлению физкультурно-оздоровительных методик и систем. Студент должен составить методику или систему и объяснить, в чем будет заключаться их

оздоровительная направленность. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и представляет разработку физкультурно-оздоровительных методик и систем на семинарском занятии. Примерные методики и системы:

- аэробика;
- ритмическая гимнастика;
- шейпинг;
- калланетика;
- гидроаэробика;
- дыхательная гимнастика.

**Практическое задание №5:** «Разработка программы по гимнастике оздоровительно-кондиционной направленности»

Преподаватель ставит цель и задачи, пол, возраст занимающихся (групповое или индивидуальное занятие) и дает задание студенту по составлению программы по гимнастике оздоровительно-кондиционной направленности. Студент должен составить программу и объяснить, в чем будет заключаться их оздоровительная направленность. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и представляет программу по гимнастике оздоровительно-кондиционной направленности на семинарском занятии.

**Практическое задание №6:** «Разработка программы по оздоровительному фитнесу»

Преподаватель ставит цель и задачи, пол, возраст занимающихся (групповое или индивидуальное занятие) и дает задание студенту по составлению программы по оздоровительному фитнесу. Студент должен составить программу и объяснить, в чем будет заключаться их оздоровительная направленность. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и представляет программу по оздоровительному фитнесу на семинарском занятии.

Практическое задание №7: «Разработка программы по структуре оздоровительных программ у студентов»

Преподаватель ставит цель и задачи, пол, возраст занимающихся (групповое или индивидуальное занятие) и дает задание студенту по составлению программы по структуре оздоровительных программ у студентов. Студент должен составить программу и объяснить, в чем будет заключаться их оздоровительная направленность. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и представляет программу по структуре оздоровительных программ у студентов на семинарском занятии.

#### **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.**

а) Основная литература:

1. Воронов И.А. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101: рек. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта М-ва образования и науки РФ /И.А. Вороннов. - СПб.: [Изд-во С.-Петербур. гос. ун-т профсоюзов], 2007. - 139 с.: ил.

2. Здоровый образ жизни: практикум для студентов мед. и физкультур.-спортив. высш. учеб. заведений /В.М. Глиненко [и др.]; ГОУ ВПО Моск. Гос. Мед. - стоматолог. Ун-т РОСЗДРАВА. - М.: [МГМСУ], 2010. - 209 с.: табл.

3. Советова Е.В. Оздоровительные технологии в школе /Е.В. Советова. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 285 с.: табл.

4. Столяров В.И. Спартианская социально-педагогическая технология оздоровления, рекреации и целостного развития личности: пособие для педагогов учреждений соц. защиты населения и организаторов досуга детей и молодежи /В.И. Столяров; АНО "Центр развития спартиан. культуры. - М., 2006. - 247 с.

5. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учеб. для образоват. учреждений высш. проф.

образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлениям 49.03.02, 49.04.02 : рек. Умо вузов РФ по образованию / [авт.-сост.: О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев] ; под общ. ред. С.П. Евсеева. - М.: Спорт, 2016. - 384 с.: рис.

б) Дополнительная литература:

1. Иванов А.А. Технология самооздоровления студента - спортсмена в связи с состоянием предболезни: монография /А.А. Иванов. - М.: ИПИ ТИП-С, 2012. - 213 с.: ил.

2. Калакаускене Л.М. Ушу и цигун как здоровьесформирующие технологии в физическом воспитании: [монография] / Калакаускене Л.М.; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, Чайк. гос. ин-т физ. культуры. - Чайковский: [ЧГИФК], 2007. - 154 с.: ил.

3. Модернизация физического воспитания в общеобразовательной школе /[В.И. Столяров [и др.]]. - М.: Теория и практика физ. культуры и спорта, 2009. - 319 с.

4. Селуянов В.Н. Технология оздоровительной физической культуры /Селуянов Виктор Николаевич. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 169 с.: ил.

5. Столяров В.И. Современная система физического воспитания: (понятие, структура, методы): монография /В.И. Столяров; Спартиан. Гуманитар. Центр, Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма. - Саратов: Наука, 2013. - 303 с.

6. Теоретико-методические основы оздоровительных технологий для студентов вузов: монография /К.Г. Томилин [и др.]; Федер. агентство по образованию [и др.]. - Сочи: СГУТиКД, 2010. - 210 с.: ил.

7. Физкультурно-оздоровительные технологии: курс лекций: [пособие предназначено для студентов специальности] 032101 /[сост. И.А. Ивко]; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, Каф. теории и методики физкультур.-оздоровит. работы. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2009. - 149 с.: ил.

8. Основы физической реабилитации : учебник / А.Н. Налобина, Т.Н. Фёдорова, И.Г. Таламова, Н.М. Курч; ред. А.Н. Налобина; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта .— Омск : Изд-во СибГУФК, 2017 .— 329 с. : ил.

<https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=640959>

9. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / ред. С.П. Евсеев; О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев .— Москва : Советский спорт, 2013 .— 392 с. : ил.

<https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=279276>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. [http://portal.gersen.ru/component/option,com\\_mtree/task,viewlink/link\\_id,12](http://portal.gersen.ru/component/option,com_mtree/task,viewlink/link_id,12)
2. 644/Ите Здоровьесберегающие технологии в социальной сфере: Учебно-методический комплекс. СПб: Издательство РГПУ им. А. И. Герцена
3. <http://www.sport.iatp.org.ua> — здоровье, физкультура, спорт
4. <http://www.breath.ru> — портал здорового образа жизни.
5. Теория и практика физической культуры: Журнал  
[НТТР://lib.sportedu.ru/press/tpfk](http://lib.sportedu.ru/press/tpfk)
6. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: Журнал  
[НТТР://lib.sportedu.ru/press/fkvot](http://lib.sportedu.ru/press/fkvot)
7. Физкультура и спорт: Журнал <http://www.fismag.ru/>

г) Перечень современных профессиональных баз данных и информационных систем, в том числе международных реферативных баз данных научных изданий, используемых в РГУФКСМиТ на законных основаниях

*Отечественные базы данных:*

1. Национальный цифровой ресурс «Рукоонт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
2. Информационный портал «Информо» <https://www.informio.ru/>
3. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования  
<https://fgosvo.ru/>
4. Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>



5. Реестр профстандартов Минтруда РФ  
<https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>
6. Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>
7. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия  
<https://www.garant.ru/>
8. Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
9. Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>
10. Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>
11. Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
12. Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
13. Координационные советы по областям образования  
<https://fgosvo.ru/ksumo/index>
14. Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА <http://rusada.ru/>
15. Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий  
<https://www.minsport.gov.ru/activity/government-regulation/edinyj-kalendarnyj-plan/>
16. Государственная информационная система «Спорт» <https://sportrf.gov.ru/>
17. Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>
18. Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных  
<https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
19. Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
20. Адаптивная физическая культура  
<https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

*Программное обеспечение дисциплины:*

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.

Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro  -Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности Университета. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе: <i>Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i>
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

- монитор
- ноутбук
- наглядные пособия

Для проведения занятий необходим мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

*Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)*

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

***по дисциплине «Оздоровительные технологии в Физической реабилитации» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 3 курса направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» профилю «Адаптивное физическое воспитание» очная, заочная формы обучения***

## I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им.  
И.М. Саркизов-Серазини  
Сроки изучения дисциплины: 6 семестр очная, 6 семестр заочная форма обучения  
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

## II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Опрос на семинарах по темам</i>	<i>В течение семестра</i>	4
2	<i>Выполнение практического задания №1: «Разработка оздоровительных программ для лиц пожилого и старшего возраста»</i>	26	4
3	<i>Выполнение практического задания №2: «Разработать новые формы организации и проведения занятий с дошкольниками»</i> - комплексы ОРУ с мячом по кинезиологии; - вокально-двигательные упражнения; - упражнения через средства музыкотерапии, имаготерапии; - упражнения для развития сенсомоторики; - занятия с элементами лечебной физкультуры	27	4
4	<i>Выполнение практического задания №3: «Разработка проекта личного здоровьесбережения студента»</i>	28	4
5	<i>Выполнение практического задания №4: «Разработка физкультурно-оздоровительных методик и систем аэробика»</i> - ритмическая гимнастика; - шейпинг; - калланетика; - гидроаэробика; - дыхательная гимнастика.	29	4
6	<i>Выполнение практического задания №5: «Разработка программы по гимнастике оздоровительно-кондиционной направленности»</i>	29	4
7	<i>Выполнение практического задания №6: Разработка программы по оздоровительному фитнесу»</i>	30	4
8	<i>Выполнение практического задания №7: «Разработка программы по структуре оздоровительных программ у студентов»</i>	31	4
9	<i>Тестирование</i>	33	10
10	<i>Доклад и презентация по выбранной теме</i>	31-34	6
11	<i>Написание реферата по выбранной теме</i>	31-34	5
12	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	27
	<b>Зачёт</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Тестирование по пропущенным темам</i>	10
2	<i>Выполнение практических заданий</i>	5
3	<i>Написание реферата по пропущенным темам</i>	10
4	<i>Презентация по пропущенным темам</i>	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной  
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.1.ДВ.01.01 Оздоровительные технологии в физической  
реабилитации»**

Направление подготовки:  
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

профиль:  
«Адаптивное физическое воспитание»

Уровень образования: *бакалавриат*  
Форма обучения: *очная, заочная*  
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018г.

1. **Общая трудоемкость дисциплин** составляет 108 часов – 3 зачетные единицы.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины:** 6 семестр (очная форма), 6 семестр (заочная форма).

3. **Цель освоения дисциплины:** освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области оздоровительных технологий в условиях современного общества и подготовка их к разносторонней профессиональной деятельности по специальности. Данный раздел программы посвящен использованию средств оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения, умению оценить состояние здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой, сформировать у студентов понимание, сути, задач принципов оздоровительной физической культуры на примере самостоятельно выбранной оздоровительной системы.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)  наименование	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			
	ПК-1.1 Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и	6		6

средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.

ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;

- формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций; - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных мероприятий.

ПК-1.3. Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастнополовых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

различных нозологических групп; - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; - контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.				
---	--	--	--	--

## 5. Краткое содержание дисциплины:

### очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>I. Научно-методические основы оздоровительной физической культуры</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>10</b>		
<b>2</b>	1.1. Проблема здоровья человека 21 века	6	2	2	4		
<b>3</b>	1.2. Ведущие факторы, влияющие на здоровье человека	6	2	2	6		
<b>4</b>	<b>II. Характеристика оздоровительных систем, технологий, методик</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>16</b>		
<b>5</b>	2.1. Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности	6	2	4	6		
<b>6</b>	2.2. Методика оздоровительной гимнастики	6	2	2	6		
<b>7</b>	2.3. Оздоровительный фитнес	6		2	4		
<b>8</b>	<b>III. Направленное использование оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>18</b>	<b>20</b>		
<b>9</b>	3.1. Здоровьеформирующее и здоровьесберегающее пространство в образовательно-воспитательном процессе	6		6	4		



10	3.2.Развивающая педагогика оздоровления	6		2	4		
11	3.3.Основные направления здоровьесбережения студентов	6		2	4		
12	3.4.Гимнастика оздоровительно-спортивной направленности	6		4	4		
13	3.5.Оздоровительная физическая культура в жизни людей пожилого и старшего поколения	6		4	4		
14	<b>IV. Контроль в оздоровительной гимнастике</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>8</b>		
15	4.1.Особенности построения занятий, направленных на профилактику и коррекцию основных отклонений в состоянии здоровья у детей дошкольного и школьного возраста	6	2	4	4		
16	4.2.Агитационно-пропагандистские формы оздоровления людей	6	2	2	4		
17							<b>Зачет</b>
<b>Итого часов:</b>			<b>18</b>	<b>36</b>	<b>54</b>		

### заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>I. Научно-методические основы оздоровительной физической культуры</b>	6	2		14		
2	1.1. Проблема здоровья человека 21 века	6			6		
3	1.2.Ведущие факторы, влияющие на здоровье человека	6			8		
4	<b>II. Характеристика оздоровительных систем, технологий, методик</b>	6		2	22		
5	2.1.Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности	6			8		

<b>6</b>	2.2. Методика оздоровительной гимнастики	6			8		
<b>7</b>	2.3.Оздоровительный фитнес	6			6		
<b>8</b>	<b>III. Направленное использование оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения</b>	<b>6</b>		<b>4</b>	<b>48</b>		
<b>9</b>	3.1.Здоровьеформирующее и здоровьесберегающее пространство в образовательно-воспитательном процессе	6			10		
<b>10</b>	3.2.Развивающая педагогика оздоровления	6			8		
<b>11</b>	3.3.Основные направления здоровьесбережения студентов	6			10		
<b>12</b>	3.4.Гимнастика оздоровительно-спортивной направленности	6			10		
<b>13</b>	3.5.Оздоровительная физическая культура в жизни людей пожилого и старшего поколения	6			10		
<b>14</b>	<b>IV. Контроль в оздоровительной гимнастике</b>	<b>6</b>		<b>2</b>	<b>14</b>		
<b>15</b>	4.1.Особенности построения занятий, направленных на профилактику и коррекцию основных отклонений в состоянии здоровья у детей дошкольного и школьного возраста	6			8		
<b>16</b>	4.2.Агитационно-пропагандистские формы оздоровления людей	6			6		
<b>17</b>							<b>Зачет</b>
<b>Итого часов:</b>		<b>2</b>	<b>8</b>	<b>98</b>			

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт<sup>1</sup> Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ДВ.01.02 Здоровьесберегающие технологии»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)  
(код и наименование)

Направленность (профиль)<sup>2</sup>: Адаптивное физическое воспитание  
(наименование)

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

<sup>1</sup> Указывается наименование института, экспертно-методический совет которого утверждает рабочую программу дисциплины (модуля).

<sup>2</sup> Если рабочая программа дисциплины (модуля) создается для нескольких направленностей (профилей) и имеет сходное содержание, то возможно перечисление направленностей (профилей), в рамках которых она реализуется, в том числе в случае ее реализации с использованием различных форм обучения.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивной физической культуры  
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

**Составители:**

Рубцова Наталия Олеговна – кандидат педагогических наук, профессор, заведующая кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ».

Громова Ольга Владимировна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики адаптивной физической культуры ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ».  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

**Рецензент:**

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Б1.В.ДВ.01.02 Здоровьесберегающие технологии» является формирование у студентов системы теоретических знаний и практических навыков по организации учебно-воспитательной работы, способствующей сохранению и восстановлению здоровья у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии» является обязательной дисциплиной вариативной части модуля профильных дисциплин.

Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии» предшествует изучению следующих дисциплин:

Освоение дисциплины «Здоровьесберегающие технологии» взаимосвязана с дисциплинами:

- базовой части «Психология и педагогика», «Частная патология», «Теория и организация адаптивной физической культуры», «Специальная педагогика»;

- модуля профильных дисциплин: «Технологии АФВ лиц с нарушениями психического развития», «Технологии АФВ лиц с сенсорными нарушениями», «Технологии АФВ лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата» и «Оздоровительные технологии в реабилитации».

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической			

	культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			
	<p>ПК-1.1 Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании</p> <p>- современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;</p> <p>- формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций; - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных мероприятий.</p>	6		6

	<p>ПК-1.3. Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</p> <p>комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастнополовых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп; - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; -контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.</p>		
--	---	--	--

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единицы, 108 академических часов.

##### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Понятие здоровьесберегающих технологиях.	6	2	4	8		
2	Санитарно-гигиенические нормы, предъявляемые к организации учебно-воспитательной работы	6	2	4	8		
3.	Особенности психофизиологического развития ребенка и соответствие педагогических программ уровню	6	2	4	8		

	психофизиологического развития ребенка						
4.	Место и роль закаливания в развитии ребенка	6	2	4	8		
5	Особенности питания, как важного фактора поддержания здоровья.	6	2	4	8		
6	Здоровый образ жизни как основной фактор сохранения здоровья.	6	2	4	8		
7.	Организация физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях	6	4	4	4		
8.	Планирование и организация рациональной жизнедеятельности школьников и студентов.	6	2	6	4		
							<b>Зачет</b>
<b>Итого часов: 108</b>			<b>18</b>	<b>36</b>	<b>54</b>		

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Понятие здоровьесберегающих технологиях.	6	2		10		
2	Санитарно-гигиенические нормы, предъявляемые к организации учебно-воспитательной работы	6		2	10		
3.	Особенности психофизиологического развития ребенка и соответствие педагогических программ уровню психофизиологического развития ребенка	6			10		



4.	Место и роль закаливания в развитии ребенка	6			10		
5	Особенности питания, как важного фактора поддержания здоровья.	6		2	10		
6	Здоровый образ жизни как основной фактор сохранения здоровья.	6		2	10		
7.	Организация физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях	6		2	20		
8.	Планирование и организация рациональной жизнедеятельности школьников и студентов.	6	2	2	18		
							Зачет
<b>Итого часов: 108</b>			<b>2</b>	<b>10</b>	<b>98</b>		

## 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

**5.1.** Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии».

(Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

**5.2.** Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Здоровьесберегающие технологии».

### Примерная тематика контрольных работ и рефератов

1. Понятие здоровья и его связь с различными компонентами здоровья.
2. Современное состояние здоровья населения России.
3. Факторы внешней среды, влияющие на состояние здоровья человека.
4. Двигательная активность в раннем возрасте.
5. Занятия физическими упражнениями в зрелом и пожилом возрасте.
6. Питание как средство оздоровления организма.
7. Иммунная система и ее роль в обеспечении укрепления здоровья.
8. Закаливание как фактор оздоровления организма человека.
9. Паровая баня в системе оздоровления организма человека.
10. Организация физкультурно-оздоровительной работы в системе массового и специального образования.

### Примерный перечень вопросов к зачету по курсу дисциплины

1. Образ жизни и здоровье. Критерии здоровья человека.
2. Понятие о здоровом образе жизни.
3. Компоненты здорового образа жизни и их характеристика.
4. Понятие о наследственной и врожденной патологии.
5. Экологические факторы здоровья и наследственность.
6. Роль двигательной активности в биологической эволюции.
7. Понятие о гипокинезии и ее влияние на здоровье.
8. Роль двигательной активности в реализации индивидуальной генетической программы.
9. Двигательная активность и продолжительность жизни.
10. Особенности двигательной активности в различных возрастных периодах.
11. Роль двигательной активности в становлении психофизических функций ребенка.
12. Роль и место двигательной активности в жизни школьника.
13. Механизмы физической и химической терморегуляции.
14. Факторы, провоцирующие переохлаждение организма.
15. Принципы и средства закаливания. Особенности адаптации к высокой температуре окружающей среды.
16. Роль двигательной активности в предупреждении простуд.
17. Наиболее популярные школы питания.
18. Углеводы как продукт питания.
19. Роль клетчатки как продукта питания.
20. Жиры как незаменимые факторы питания.
21. Требования к белковому компоненту питания.
22. Деление пищевых белков на полноценные и неполноценные.
23. Требования к витаминно-минеральному компоненту питания.
24. Температурная обстановка и работоспособность (умственная и физическая).
25. Понятие о рациональной организации жизнедеятельности.
26. Физиологические и психологические механизмы утомления и усталости при умственной работе.
27. Механизмы активизации восстановления при умственном утомлении.
28. Понятие об активном отдыхе и его механизмах.
29. Средства предупреждения раннего умственного утомления.
30. Рациональная организация жизнедеятельности школьника.
31. Рациональная организация жизнедеятельности студента.
32. Организация свободного времени работника умственного труда (школьника, студента, учителя).

#### Контрольные вопросы для самопроверки знаний

1. Понятие здоровья человека.
2. Понятие здорового образа жизни.
3. Факторы риска, влияющие на здоровье человека.
4. Факторы внешней среды, оказывающие влияние на здоровье человека.

5. Влияние наследственных факторов на состояние здоровья.
6. Наиболее популярные школы питания.
7. Углеводы как продукт питания.
8. Роль клетчатки как продукта питания.
9. Жиры как незаменимые факторы питания.
10. Требования к белковому компоненту питания.
11. Деление пищевых белков на полноценные и неполноценные.
12. Требования к витаминно-минеральному компоненту питания.
13. Понятие закаливания, основные средства закаливания.
14. Механизмы повышения устойчивости организма к холодовому воздействию.
15. Оптимальные сочетания закаливания и мышечной работы.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

*а) Основная литература:*

1. Агаджанян Н.А. Учение о здоровье и проблемы адаптации (теория и практика валеологических исследований) / Баевский Р.М., Берсенева А.П. – М., 2001. – 203 с.
2. Баевский Р.М. Прогнозирование состояний на грани нормы и патологии. – М.: Медицина, 1979. – 296 с.
3. Пшенин А.И. Рациональное питание спортсмена. – СПб.: ГИОРД, 2002.
4. Селье Г. Очерки об адаптационном синдроме. – М., 1960.
5. Черемисинов В.Н. Валеология: учебное пособие/Черемисинов В.Н. – М.: Физическая культура, 2005. – 144 с.
6. Чусов Ю.Н. Закаливание школьников. – М.: Просвещение, 1985.
7. Чусов Ю.Н. Особенности закаливания спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1987.

*Дополнительная литература:*

1. Берсенева А.П. Принципы и методы массовых донозологических обследований с использованием автоматизированных систем: Автореф. Докт. Дисс. – Киев, 1991. -27 с.
2. Дембо А.Г. Спортивная медицина и лечебная физкультура: Учебник для техн. физической культуры.-М.: Физкультура и спорт, 1979.-352с.
3. Евсеев С.П., Курдыбайло С.Ф., Морозова О.В., Солодков А.С. Адаптивная физическая культура и функциональное состояние инвалидов: Учебное пособие. /Под ред. С.П. Евсеева и А.С. Солодкова. – СПб: СПбАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1996. – 95 с.

4. Кудрявцев В.В., Сыромолотов Ю.С. Организация и проведение занятий в спортивно-оздоровительных группах инвалидов. – М., 1987. – 28с.
5. Меерсон Ф.З., Пшенникова М.Г. Адаптация к стрессорным ситуациям и физическим нагрузкам. - М., Медицина, 1988.
6. Башкирова М.М., Гуськов С.И. Формирование интереса инвалидов к занятиям физической культурой и спортом. Зарубежный опыт. – М. ВНИИФК, 1992. – С. 5-12.
7. Дмитриев В.С. К формированию отечественной системы адаптивного физического воспитания и спорта инвалидов //Тез. докл. Международного конгресса «Человек в мире спорта: новые идеи, технологии, перспективы». Том 2. – М.: Физкультура: воспитание, образование наука, 1998. – С. 526-527.
8. Духовской Е., Левин Б. Новые технические средства для адаптивной физической культуры и спорта // Социальная адаптация и комплексная реабилитация инвалидов средствами физической культуры и спорта: Сб. материалов Межд. научно-практической конференции (Москва, 19-20 мая 1998г.). – М., 1998, - С. 100-101.
9. Айзман, Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учебное пособие для вузов / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 282 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/513369>
10. Комплексная оценка здоровья участников образовательного процесса : учебное пособие для среднего профессионального образования / Р. И. Айзман, А. В. Лебедев, Н. И. Айзман, В. Б. Рубанович ; под общей редакцией Р. И. Айзмана. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 207 с. — (Профессиональное образование). <https://urait.ru/bcode/518918>

*в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:*

1. <http://lib.sportedu.ru/> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

*г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:*

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.

- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- ЭБС ЮРАЙТ <https://urait.ru/library/uchebniki-dlya-vuzov/po-ugs/49-00-00-fizicheskaya-kultura-i-sport/49-03-02-fizicheskaya-kultura-dlya-lic-s-otkloniyami-v-sostoyanii-zdorovya-adaptivnaya-fizicheskaya-kultura>
- Информационный портал «Информιο» <https://www.informio.ru/>
- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования

<https://fgosvo.ru/>

- Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <https://fgosreestr.ru/>
- Реестр профстандартов Минтруда РФ <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>
- Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <https://www.garant.ru/>
- Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
- Портал Инклюзивное образование <https://xn--80aabcdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>
- Открытая платформа Спортивная Россия <https://infosport.ru/>
- Ресурсный учебно-методический центр <http://rumc.sportedu.ru/>
- Национальный центр «Абилимпикс» <https://abilympics-russia.ru/>
- Координационные советы по областям образования

<https://fgosvo.ru/ksumo/index>

- Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА <http://rusada.ru/>
- Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий
- <https://www.minsport.gov.ru/activity/government-regulation/edinyj-kalendarnyj-plan/>
- Государственная информационная система «Спорт» <https://sportrf.gov.ru/>
- Олимпийский комитет России <https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>
- Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация профессиональная база данных <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>

- Антидопинговое обеспечение <https://minsport.gov.ru/open-ministry/anti-doping/>
- Адаптивная физическая культура <https://www.minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/>

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Для успешного формирования знаний по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии» при освоении ООП ВПО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, лабораторной, практической и научно-исследовательской работы обучающихся, предусмотренных учебным планом вуза и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

Перечень необходимого материально-технического обеспечения для успешного формирования знаний по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии» включает в себя современную лабораторию с приборами, позволяющими оценивать морфо-функциональное состояние организма (показатели дыхания, динамометрию, гониометрию и др.) стенды и оборудование, спортивные залы, обеспечивающие изучение технологических процессов в соответствии с реализуемой вузом основной образовательной программой и изучаемой дисциплиной, а также базовую кафедру с соответствующим инвентарём и оборудованием.

Зал адаптивной физической культуры	Лаборатория адаптивной физической культуры
функциональные тренажёрные аппараты	тонометры
силовая станция	спирометр
фитболы	манометры сердечного ритма
гантели	динамометр кистевой
утяжелители	динамометр становой
гимнастические коврики	калиперометр
степ-платформы	
звуковые мячи	
гимнастическая лестница	

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Здоровьесберегающие технологии» для обучающихся института Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 3 курса, направления 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная физическая культура»**

**направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание очной, заочной формы (м) обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики адаптивной физической культуры.*

Сроки изучения дисциплины (модуля): *6 семестр (очная форма), 6 семестр (заочная форма).*

Форма промежуточной аттестации: *зачет*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Число баллов
1	<i>Выполнение практического задания</i>	<i>22-я неделя</i>	<i>12</i>
2	<i>Выполнение практического задания</i>	<i>24-я неделя</i>	<i>20</i>
3	<i>Выполнение практического задания</i>	<i>32-я неделя</i>	<i>20</i>
4	<i>Выполнение практического задания</i>	<i>8-39-я недели</i>	<i>20</i>
5	<b>Посещение занятий</b>	<b>Весь период</b>	<i>0,5*36=18</i>
6	<i>Сдача зачета</i>		<i>10</i>
<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>	

#### Заочная форма

№	Виды текущего контроля	Количество баллов
1	<i>Выполнение практического задания</i>	<i>12</i>
2	<i>Выполнение практического задания</i>	<i>20</i>

3	Выполнение практического задания	20
4	Выполнение практического задания	20
5	<b>Посещение занятий</b>	$0,5 \cdot 36 = 18$
6	Сдача зачета	10
	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля	Количество баллов
1.	Реферат	10
2.	Презентация	15

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

–Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**



Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт<sup>3</sup> Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра теории и методики адаптивного физического воспитания**

**АННОТАЦИЯ**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ДВ.01.02 Здоровьесберегающие технологии»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)  
(код и наименование)

Направленность (профиль)<sup>4</sup>: Адаптивное физическое воспитание  
(наименование)

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.

<sup>3</sup> Указывается наименование института, экспертно-методический совет которого утверждает рабочую программу дисциплины (модуля).

<sup>4</sup> Если рабочая программа дисциплины (модуля) создается для нескольких направленностей (профилей) и имеет сходное содержание, то возможно перечисление направленностей (профилей), в рамках которых она реализуется, в том числе в случае ее реализации с использованием различных форм обучения.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единиц, 108 академических часов

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 6 семестр для очной формы обучения и 6 семестр для заочной формы обучения.

### 3. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Б1.В.ДВ.01.02 Здоровьесберегающие технологии» является формирование у студентов системы теоретических знаний и практических навыков по организации учебно-воспитательной работы, способствующей сохранению и восстановлению здоровья у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Дисциплина реализуется на русском языке.

### 4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			
	ПК-1.1 Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья,	6		6

занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.

ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков; - формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций; - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных мероприятий.

ПК-1.3. Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастнополовых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп; - проведение занятия по адаптивной

физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; -контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.			
---	--	--	--

## 5.Краткое содержание дисциплины (модуля):

### очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Понятие здоровьесберегающих технологиях.	6	2	4	8		
2	Санитарно-гигиенические нормы, предъявляемые к организации учебно-воспитательной работы	6	2	4	8		
3.	Особенности психофизиологического развития ребенка и соответствие педагогических программ уровню психофизиологического развития ребенка	6	2	4	8		
4.	Место и роль закаливания в развитии ребенка	6	2	4	8		
5	Особенности питания, как важного фактора поддержания здоровья.	6	2	4	8		
6	Здоровый образ жизни как основной фактор сохранения здоровья.	6	2	4	8		
7.	Организация физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях	6	4	4	4		

<b>8.</b>	Планирование и организация рациональной жизнедеятельности школьников и студентов.	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>4</b>		
							<b>Зачет</b>
<b>Итого часов: 108</b>			<b>18</b>	<b>36</b>	<b>54</b>		

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	Понятие здоровьесберегающих технологиях.	<b>6</b>	<b>2</b>		<b>10</b>		
<b>2</b>	Санитарно-гигиенические нормы, предъявляемые к организации учебно-воспитательной работы	<b>6</b>		<b>2</b>	<b>10</b>		
<b>3.</b>	Особенности психофизиологического развития ребенка и соответствие педагогических программ уровню психофизиологического развития ребенка	<b>6</b>			<b>10</b>		
<b>4.</b>	Место и роль закаливания в развитии ребенка	<b>6</b>			<b>10</b>		
<b>5</b>	Особенности питания, как важного фактора поддержания здоровья.	<b>6</b>		<b>2</b>	<b>10</b>		
<b>6</b>	Здоровый образ жизни как основной фактор сохранения здоровья.	<b>6</b>		<b>2</b>	<b>10</b>		
<b>7.</b>	Организация физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях	<b>6</b>		<b>2</b>	<b>20</b>		
<b>8.</b>	Планирование и организация рациональной жизнедеятельности	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>18</b>		

	школьников и студентов.						
							<b>Зачет</b>
<b>Итого часов: 108</b>		<b>2</b>	<b>10</b>	<b>98</b>			

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной  
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **«Б1.В.ДВ.01.03 МАССАЖ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ»**

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

профиль:

«Адаптивное физическое воспитание»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018 г.



Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № от «» 20 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Физической реабилитации, массажа и  
оздоровительной физической культуры  
им. И.М. Саркизова-Серазини  
Протокол № 2 от «12» сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Физической реабилитации, массажа и  
оздоровительной физической культуры  
им. И.М. Саркизова-Серазини  
Протокол №\_\_ от «\_\_»\_\_\_\_\_20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Физической реабилитации, массажа и  
оздоровительной физической культуры  
им. И.М. Саркизова-Серазини  
Протокол №\_\_ от «\_\_»\_\_\_\_\_20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Физической реабилитации, массажа и  
оздоровительной физической культуры  
им. И.М. Саркизова-Серазини  
Протокол №\_\_ от «\_\_»\_\_\_\_\_20\_\_ г.

Составитель:

Власова Наталья Анатольевна кандидат педагогических наук, доцент – доцент  
кафедры Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры  
РГУФКСМиТ;

Рецензент:

Золичева Светлана Юрьевна кандидат медицинских наук, доцент – доцент  
кафедры Спортивной медицины РГУФКСМиТ;

## **1. Цель освоения дисциплины**

Сформировать у студентов, обучающихся по направлению подготовки: «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» профилю: «Адаптивное физическое воспитание», понятие об общих принципах и методических правилах использования массажа у детей и подростков с лечебной и лечебно-профилактической целями. На этой основе научить их навыкам использования частных методик массажа у детей и подростков в физической реабилитации и адаптации больных и инвалидов.

## **2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)**

На основе полученных знаний по дисциплинам «Классический массаж» и «Частные методики лечебного массажа» на III курсе, изучается дисциплина по выбору «Массаж у детей и подростков».

Знание особенностей массажа в детском и подростковом возрасте занимает важное место в профессионально-педагогической подготовке специалистов по адаптивной физической культуре. Массаж в комплексе с лечебной физической культурой, физиотерапией и другими физическими процедурами в период заболевания, во время функциональных патологических состояний организма при врожденных и перенесенных заболеваниях, а также во время восстановления здоровья, играет основную роль в физической реабилитации и адаптации детей к повседневной жизни.

Для изучения курса дисциплины по выбору «Массаж у детей и подростков» необходимо иметь знания по следующим дисциплинам: анатомия, морфология, физиология, антропология, биология, биомеханика, биохимия, педагогика, психология, гигиена, спортивная медицина и ЛФК, а также дисциплинам в рамках общей специальности: общая патология, частная патология и комплексная реабилитация больных и инвалидов.

С целью поддержания уровня освоения учебного материала вводятся семинарские занятия с опросом студентов, занятия по работе с дополнительной литературой.

Основной задачей дисциплины являются теоретико-практическое

освоение студентами частных методик массажа у детей и подростков при врожденных и перенесенных заболеваниях, в связи с этим большая часть учебного времени отводится на практические занятия, т.е. отработку техники приемов и частных методик массажа у детей и подростков.

Студенты, зная технику и методику классического массажа, разновидности сегментарно-рефлекторного массажа, а также частные методики лечебного массажа осваивают особенности техники и методики массажа у детей и подростков при различных заболеваниях. Практические занятия проводятся в специально оборудованной массажной аудитории.

Самостоятельно студенты выполняют задания преподавателя по теоретическим основам массажа и практическим навыкам по детскому массажу. Проверка самостоятельной работы студентов осуществляется во время консультаций и собеседований.

Пропущенные практические занятия независимо от причины пропуска, студенты отрабатывают в сроки, установленные преподавателем. Зачет включает вопросы по теоретическим основам массажа и практическую демонстрацию техники и методики частных сеансов массажа у детей и подростков при различных заболеваниях.

Учебная программа «Массаж у детей и подростков» имеет трудоемкость равную 3 зачетным единицам (108 часов). Для дневной формы обучения: 18 часов – лекции, 36 часов – аудиторные (практические) занятия и 54 часа самостоятельной работы.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ПК-1</b>	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			
	<p>ПК-1.1 Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании</p> <p>- современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;</p> <p>- формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций; - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического</p>	6		6

воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных мероприятий.

ПК-1.3. Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастно-половых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп; - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; - контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>I. Ведение. Общие основы массажа у детей</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>12</b>		
<b>2</b>	1.1. Особенности физического и психо-эмоционального развития детского организма в разные возрастные периоды	6			4		
<b>3</b>	1.2. Массаж и гимнастика здорового ребенка до года	6		4	4		
<b>4</b>	1.3. Массаж и гимнастика здорового ребенка от года до трех лет	6		2	4		
<b>5</b>	<b>II. Массаж и гимнастика с нарушениями развития и некоторыми заболеваниями от одного месяца до трех лет</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>14</b>		
<b>6</b>	2.1. Массаж и гимнастика при врожденной мышечной кривошее и врожденном вывихе бедра	6		2	4		
<b>7</b>	2.2. Массаж и гимнастика при врожденной косолапости, гипотрофии и рахите	6		2	6		
<b>8</b>	2.3. Массаж и гимнастика у недоношенных детей и мышечном гипертонусе	6		2	4		
<b>9</b>	<b>III. Массаж при некоторых заболеваниях и нарушениях развития опорно-двигательного аппарата</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>10</b>		
<b>10</b>	3.1. Массаж при плоскостопии	6		2	2		

11	3.2. Массаж при варусной установке стоп и нестабильности голеностопного сустава	6		2	2		
12	3.3. Массаж при вальгусной (х-образной деформации ног) и варусной (о-образной деформации ног)	6		2	2		
13	3.4. Массаж при нарушении осанки и сколиозах	6		4	4		
14	<b>IV. Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		
15	4.1. Массаж при ревматизме и миокардите	6		2	4		
16	4.2. Массаж при врожденных пороках сердца и функциональных (изменениях) в работе сердца	6		2	2		
17	<b>V. Массаж при заболеваниях органов дыхания</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		
18	5.1. Массаж при остром и рецидивирующем бронхите	6		2	2		
19	5.2. Массаж при пневмонии и бронхиальной астме	6		2	4		
20	<b>VI. Массаж при заболеваниях и повреждениях нервной системы</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>6</b>		
21	6.1. Массаж при детском церебральном параличе (ДЦП)	6		4	4		
22	6.2. Массаж при миопатии	6		2	2		
23							<b>зачет</b>
<b>Итого часов:</b>			<b>18</b>	<b>36</b>	<b>54</b>		

### заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>I. Ведение. Общие основы массажа у детей</b>	6	2		20		
2	1.1. Особенности физического и психо-эмоционального развития детского организма в разные возрастные периоды	6			8		

3	1.2. Массаж и гимнастика здорового ребенка до года	6			6		
4	1.3. Массаж и гимнастика здорового ребенка от года до трех лет	6			6		
5	<b>II. Массаж и гимнастика с нарушениями развития и некоторыми заболеваниями от одного месяца до трех лет</b>	<b>6</b>		<b>2</b>	<b>16</b>		
6	2.1. Массаж и гимнастика при врожденной мышечной кривошее и врожденном вывихе бедра	6			4		
7	2.2. Массаж и гимнастика при врожденной косолапости, гипотрофии и рахите	6			6		
8	2.3. Массаж и гимнастика у недоношенных детей и мышечном гипертонусе	6			6		
9	<b>III. Массаж при некоторых заболеваниях и нарушениях развития опорно-двигательного аппарата</b>	<b>6</b>		<b>2</b>	<b>22</b>		
10	3.1. Массаж при плоскостопии	6			4		
11	3.2. Массаж при варусной установки стоп и нестабильности голеностопного сустава	6			6		
12	3.3. Массаж при вальгусной (х-образной деформации ног) и варусной (о-образной деформации ног)	6			6		
13	3.4. Массаж при нарушении осанки и сколиозах	6			6		
14	<b>IV. Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы</b>	<b>6</b>		<b>2</b>	<b>14</b>		
15	4.1. Массаж при ревматизме и миокардите	6			8		
16	4.2. Массаж при врожденных пороках сердца и функциональных (изменениях) в работе сердца	6			6		
17	<b>V. Массаж при заболеваниях органов дыхания</b>	<b>6</b>		<b>2</b>	<b>16</b>		
18	5.1. Массаж при остром и рецидивирующем бронхите	6			8		
19	5.2. Массаж при пневмонии и бронхиальной астме	6			8		
20	<b>VI. Массаж при заболеваниях и повреждениях нервной системы</b>	<b>6</b>			<b>10</b>		
21	6.1. Массаж при детском церебральном параличе (ДЦП)	6			6		
22	6.2. Массаж при миопатии	6			4		
23							<b>зачет</b>



<b>Итого часов:</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>98</b>		
---------------------	----------	----------	-----------	--	--

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА.**

1. Введение. Общие основы массажа у детей;
2. Лечебный массаж и гимнастика с нарушениями развития и некоторыми заболеваниями от одного месяца до трех лет;
3. Массаж при некоторых заболеваниях и нарушениях развития опорно-двигательного аппарата у детей;
4. Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы у детей;
5. Массаж при заболеваниях органов дыхания у детей;
6. Массаж при заболеваниях и повреждениях нервной системы у детей.

### **РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ. ОБЩИЕ ОСНОВЫ МАССАЖА У ДЕТЕЙ.**

Понятие о массаже в детском и подростковом возрасте. Правила выполнения массажа детей. Особенности техники и методики выполнения массажа в детском возрасте. Сочетание массажа с лечебной физической культурой, физиотерапией и другими средствами восстановления. Показания и противопоказания к назначению массажа у детей и подростков. Гигиенические требования к проведению массажа у детей и подростков.

#### **1.1. Особенности физического и психо-эмоционального развития детского организма в разные возрастные периоды**

Анатомо-физиологическая характеристика развития детского организма. Особенности физического и психо-эмоционального развития ребенка. Классификация детского возраста (периоды взросления и созревания): I период – период новорожденности от рождения до 10 дней; II период – грудной возраст от 10 дней до 1 года; III период – раннее детство от 1 года до 3-х лет; IV период – первое детство от 4-х до 7 лет; V период – второе детство: мальчики от 8 до 12 лет, девочки от 8 до 11 лет; VI период – подростковый возраст: мальчики от 13 до 16 лет, девочки от 12 до 15 лет; VII период – юношеский возраст: юноши от 17 до 21 года, девушки от 16 до 20 лет.

#### **1.2. Массаж и гимнастика для здорового ребенка от 1-го месяца до года**

Краткая характеристика умений и навыков ребенка от 1-го до 3-х месяцев. Цели и задачи массажа. Рефлекторные упражнения. Примерный комплекс гимнастики и массажа ребенка от 1-го до 3-х месяцев. Краткая характеристика умений и навыков ребенка от 3-х до 4-х месяцев. Цели и задачи массажа. Рефлекторные упражнения. Примерный комплекс гимнастики и массажа ребенка от 3-х до 4-х месяцев. Краткая характеристика умений и навыков ребенка от 4-х до 6-ти месяцев. Цели и задачи массажа. Примерный комплекс гимнастики и массажа ребенка от 4-х до 6-ти месяцев. Краткая характеристика умений и навыков ребенка от 6-ти до 9-ти месяцев. Цели и задачи массажа. Примерный комплекс гимнастики и массажа ребенка от 6-ти до 9-ти месяцев. Краткая характеристика умений и навыков ребенка от 9-ти до 12-ти месяцев. Цели и задачи массажа. Примерный комплекс гимнастики и массажа от 9-ти до 12-ти месяцев.

### **1.3. Массаж и гимнастика для здорового ребенка от года до трех лет**

Краткая характеристика умений и навыков детей в возрасте от года до трех лет. Цели и задачи массажа детей в возрасте от года до трех лет. Методика массажа здоровых детей в возрасте от года до трех лет. Сочетание массажа и гимнастики у детей в возрасте от года до трех лет. Особенности методики массажа здоровых детей в возрасте от года до трех лет.

## **РАЗДЕЛ 2. ЛЕЧЕБНЫЙ МАССАЖ И ГИМНАСТИКА С НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ОТ ОДНОГО МЕСЯЦА ДО ТРЕХ ЛЕТ.**

### **2.1. Массаж и гимнастика при врожденной мышечной кривошее**

Этиология и симптомы при врожденной мышечной кривошее. Степени тяжести врожденной мышечной кривошеи. Лечение положением. Цели и задачи массажа при врожденной мышечной кривошее. Особенности методики массажа при врожденной мышечной кривошее. Массаж при консервативном и оперативном методах лечения. Массаж в сочетании с гимнастикой, соответствующей уровню развития двигательных навыков ребенка. Массаж в сочетании с лечебной физической культурой.

Примерный комплекс массажа, гимнастики и лечебной физической

культуры.

## **2.2. Массаж и гимнастика при врожденном вывихе бедра и дисплазии тазобедренного сустава**

Этиология и симптомы при врожденном вывихе бедра и дисплазии тазобедренного сустава. Лечение положением. Цели и задачи массажа при врожденном вывихе бедра и дисплазии тазобедренного сустава. Особенности методики массажа при консервативном методе лечения заболевания. Особенности методики массажа при оперативном методе лечения в разные периоды реабилитации. Массаж в сочетании с гимнастикой, соответствующей уровню развития двигательных навыков ребенка. Лечебная физическая культура при консервативном и оперативном методах лечения. Сочетание массажа, гимнастики, лечебной физической культуры и физиотерапии при врожденном вывихе бедра и дисплазии тазобедренного сустава.

Примерный комплекс массажа, лечебной физической культуры и гимнастики.

## **2.3. Массаж и гимнастика при врожденной косолапости**

Этиология и симптомы при врожденной косолапости. Лечение положением. Цели и задачи массажа при врожденной косолапости. Массаж в сочетании с гимнастикой, соответствующей уровню развития двигательных навыков ребенка при врожденной косолапости. Особенности методики лечебного массажа при консервативном и оперативном методах лечения. Лечебная физическая культура при врожденной косолапости. Сочетание массажа, лечебной физической культуры и физиотерапии при врожденной косолапости.

Примерный комплекс массажа, лечебной физической культуры и гимнастики.

## **2.4. Массаж и гимнастика при гипотрофии и рахите**

Этиология и симптомы при гипотрофии. Виды гипотрофии. Степени гипотрофии. Показания и противопоказания к массажу и лечебной физической культуре при гипотрофии. Цели и задачи массажа при гипотрофии. Массаж в сочетании с гимнастикой, соответствующей уровню развития двигательных

навыков ребенка. Особенности методики лечебного массажа в зависимости от вида и степени заболевания. Сочетание массажа и лечебной физической культурой при гипотрофии.

Этиология и симптомы при рахите. Степени рахита. Периоды заболевания: начальный период, период разгара, период восстановления и период остаточных явлений рахита. Показания и противопоказания к массажу и лечебной физической культуре при рахите. Цели и задачи массажа при рахите. Массаж в сочетании с гимнастикой, соответствующей урону развития двигательных навыков ребенка при рахите. Особенности методики лечебного массажа в различных периодах заболевания. Сочетание массажа с лечебной физической культурой при рахите.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при гипотрофии и рахите.

## **2.5. Массаж и гимнастика у недоношенных детей**

Степени (группы) зрелости недоношенности детей. Лечение положением. Рефлекторные упражнения. Показания и противопоказания к массажу и лечебной физической культуре у недоношенных детей. Правила выполнения массажа, дозировка массажа и лечебной физической культуры у недоношенных детей. Цели и задачи массажа у недоношенных детей. Особенности методики массажа для различных групп зрелости. Массаж и гимнастика, соответствующая уровню развития двигательных навыков у недоношенных детей. Сочетание массажа с лечебной физической культурой у недоношенных детей.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики у недоношенных детей.

## **2.6. Массаж и гимнастика при гипертонусе мышц**

Оценка мышечного тонуса ребенка. Цели и задачи массажа при мышечном гипертонусе. Сочетание массажа и гимнастики, соответствующей уровню развития двигательных навыков у детей. Особенности методики массажа и лечебной физической культуры, способствующие общему расслаблению мышц тела ребенка при гипертонусе мышц. Особенности методики массажа и лечебной физической культуры, способствующей расслаблению мышц-сгибателей

верхних конечностей, развитию хватательной и опорной функции у детей при гипертонусе мышц. Особенности методики массажа и лечебной физической культуры, способствующей расслаблению мышц нижних конечностей, развитию опорной функции стоп при гипертонусе мышц. Сочетание массажа, лечебной физической культуры и физиотерапии при гипертонусе мышц у детей.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при гипертонусе мышц.

### **РАЗДЕЛ 3. МАССАЖ ПРИ НЕКОТОРЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ И НАРУШЕНИЯХ РАЗВИТИЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА У ДЕТЕЙ.**

#### **3.1. Массаж при плоскостопии**

Причины возникновения и симптомы заболевания. Профилактика плоскостопия. Средства предупреждения при плоскостопии. Особенности детской стопы. Виды плоскостопия. Степени плоскостопия. Цели и задачи массажа при плоскостопии. Особенности методики массажа при плоскостопии. Сочетание массажа, лечебной физической культуры и физиотерапии при плоскостопии.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при плоскостопии.

#### **3.2. Массаж при варусной установке стоп**

Причины возникновения и симптомы при варусной установке стоп. Цели и задачи массажа при варусной установке стоп. Особенности методики массажа при варусной установке стоп. Сочетание массажа, лечебной физической культуры и физиотерапии при варусной установке стоп.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при варусной установке стоп.

#### **3.3. Массаж при нестабильности голеностопного сустава**

Причины возникновения и симптомы при нестабильности голеностопного сустава. Цели и задачи массажа при нестабильности голеностопного сустава. Особенности методики массажа при нестабильности голеностопного сустава. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при нестабильности

голеностопного сустава.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при нестабильности голеностопного сустава.

### **3.4. Массаж при вальгусной (х-образной) деформации ног**

Причины возникновения и симптомы при вальгусной деформации ног. Профилактика заболевания. Цели и задачи массажа при вальгусной деформации ног. Особенности методики массажа при вальгусной деформации ног. Сочетание массажа с лечебной физической культурой при вальгусной деформации ног.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при вальгусной деформации ног.

### **3.5. Массаж при варусной (о-образной) деформации ног**

Причины возникновения и симптомы при варусной деформации ног. Профилактика заболевания. Цели и задачи массажа при варусной деформации ног. Особенности методики массажа при варусной деформации ног. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при варусной деформации ног.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при варусной деформации ног.

### **3.6. Массаж при нарушениях осанки**

Понятие об осанке. Факторы, определяющие осанку. Методика определения правильной осанки. Определение подвижности позвоночника, силы и выносливости мышц. Степени и виды нарушения осанки. Сочетание массажа, лечебной физической культуры, физических упражнений и физиотерапии при нарушениях осанки. Профилактика нарушений осанки.

#### ***3.6.1. Массаж при вялой осанке***

Причины заболевания. Признаки вялой спины. Методика определения вялой осанки. Цели и задачи массажа при вялой осанке. Особенности методики массажа при вялой осанке. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при вялой осанке. Профилактика заболевания.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при вялой осанке.

#### ***3.6.2. Массаж при плоской спине***

Причины заболевания. Признаки плоской спины. Методика определения плоской спины. Цели и задачи массажа при плоской спине. Особенности методика массажа при плоской спине. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при плоской спине. Профилактика заболевания.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при плоской спине.

### ***3.6.3. Массаж при плосковогнутой спине***

Причины заболевания. Признаки плосковогнутой спины. Методика определения плосковогнутой спины. Цели и задачи массажа при плосковогнутой спине. Особенности методика массажа при плосковогнутой спине. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при плосковогнутой спине. Профилактика заболевания.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при плосковогнутой спине.

### ***3.6.4. Массаж при сутулой и круглой спине (тотальная спина и грудной кифоз)***

Причины заболевания. Признаки сутулой и круглой спины. Методика определения сутулой и круглой спины. Цели и задачи массажа при сутулой и круглой спине. Особенности методика массажа при сутулой и круглой спине. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при сутулой и круглой спине. Профилактика заболевания.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при сутулой и круглой спине.

### ***3.6.5. Массаж при кругловогнутой спине***

Причины заболевания. Признаки кругловогнутой спины. Методика определения кругловогнутой спины. Цели и задачи массажа при кругловогнутой спине. Особенности методика массажа при кругловогнутой спине. Сочетание массажа с лечебной физической культурой при кругловогнутой спине. Профилактика заболевания.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при кругловогнутой спине.

### ***3.6.6. Массаж при нарушениях осанки во фронтальной плоскости***

Причины заболевания. Признаки нарушения осанки во фронтальной плоскости. Методика определения осанки во фронтальной плоскости. Цели и задачи массажа при нарушении осанки во фронтальной плоскости. Особенности методики массажа. Сочетание массажа с лечебной физической культурой и физиотерапией при нарушении осанки во фронтальной плоскости. Профилактика заболевания.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при нарушении осанки во фронтальной плоскости.

### **3.7. Массаж при сколиозах**

Причины и симптомы заболевания. Классификация сколиозов по группам. Классификация сколиозов по степени заболевания, форме искривления и признаках сложности. Методика определения сколиозов. Цели и задачи массажа при сколиозах. Особенности методики массажа в зависимости от степени, форме искривления и признаках сложности сколиоза. Сочетание массажа, лечебной физической культуры и физиотерапии при сколиозах. Профилактика заболевания.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при сколиозах.

## **РАЗДЕЛ 4. МАССАЖ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ У ДЕТЕЙ.**

### **4.1. Массаж при ревматизме**

Этиология и симптомы заболевания. Периоды реабилитации при ревматизме. Показания и противопоказания к массажу и лечебной физической культуре при ревматизме. Цели и задачи массажа при ревматизме. Особенности методики массажа в разные периоды реабилитации заболевания. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при ревматизме. Профилактика заболевания.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при ревматизме.

### **4.2. Массаж при миокардите**

Этиология и симптомы заболевания. Показания и противопоказания к



массажу и лечебной физической культуре при миокардите. Цели и задачи массажа при миокардите. Особенности методики массажа при миокардите. Сочетание массажа с лечебной физической культурой при миокардите.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при миокардите.

### **4.3. Массаж при врожденных пороках сердца**

Этиология и симптомы заболевания. Виды врожденных пороков сердца. Цели и задачи массажа при врожденных пороках сердца. Показания и противопоказания к массажу и лечебной физической культуре при врожденных пороках сердца. Особенности методики массажа при консервативном и оперативном лечении. Особенности методики массажа при различных видах врожденных пороков сердца. Сочетание массажа с лечебной физической культурой.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при врожденных пороках сердца.

### **4.4. Массаж при функциональных нарушениях (изменениях) в работе сердца**

Причины функциональных нарушений в работе сердца. Показания и противопоказания к массажу и лечебной физической культуре при функциональных нарушениях в работе сердца. Цели и задачи массажа. Особенности методики массажа при функциональных нарушениях в работе сердца. Сочетание массажа и лечебной физической культуры.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при функциональных нарушениях в работе сердца.

## **РАЗДЕЛ 5. МАССАЖ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ У ДЕТЕЙ.**

### **5.1. Массаж при бронхите**

Этиология и симптомы при бронхите. Формы бронхита у детей. Лечение положением. Показания и противопоказания к массажу при бронхите. Цели и задачи массажа при бронхите. Особенности методики массажа при различных формах заболевания. Сочетание массажа, дыхательных упражнений, лечебной

физической культуры и физиотерапии при бронхите. Профилактика заболевания.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при бронхите.

## **5.2. Массаж при хроническом (рецидивирующем) бронхите**

Причины заболевания. Показания и противопоказания к массажу при хроническом бронхите. Цели и задачи массажа при хроническом бронхите. Особенности методики массажа при хроническом бронхите. Сочетание массажа, лечебной физической культуры и дыхательных упражнений при хроническом бронхите.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при хроническом бронхите.

## **5.3. Массаж при пневмонии**

Этиология и симптомы заболевания. Формы пневмонии. Показания и противопоказания к массажу. Цели и задачи при пневмонии. Особенности методики массажа при разных формах пневмонии. Сочетание массажа, лечебной физической культуры, дыхательных упражнений и физиотерапии при пневмонии.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при пневмонии.

## **5.4. Массаж при бронхиальной астме**

Этиология, факторы и симптомы заболевания. Периоды бронхиальной астмы. Стадии и степени тяжести бронхиальной астмы. Показания и противопоказания к массажу. Цели и задачи массажа при бронхиальной астме. Особенности методики массажа на разных стадиях и степенях тяжести при бронхиальной астме. Сочетание массажа с дыхательными упражнениями, лечебной физической культурой и физиотерапией.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при бронхиальной астме.

## **РАЗДЕЛ 6. МАССАЖ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ И ПОВРЕЖДЕНИЯХ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ**

## **6.1. Массаж при детском церебральном параличе (ДЦП)**

Этиология и симптомы заболевания. Клинические формы детского церебрального паралича. Периоды восстановления двигательной активности при детском церебральном параличе. Показания и противопоказания к массажу. Цели и задачи массажа при детском церебральном параличе. Особенности методики массажа в разные периоды восстановления. Особенности методики массажа в период остаточных явлений. Сочетание массажа с лечебной физической культурой при детском церебральном параличе.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при детском церебральном параличе.

## **6.2. Массаж при миопатии**

Этиология и симптомы при миопатии. Классификация по характеру течения заболевания. Формы миопатии. Морфологические изменения при различных формах миопатии. Показания и противопоказания к массажу. Цели и задачи массажа при миопатии. Особенности методики массажа при различных формах миопатии. Сочетание массажа с лечебной физической культурой и общеразвивающими упражнениями.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при миопатии.

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

### **Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы.**

1. Понятие о массаже в детском и подростковом возрасте. Цели и задачи.
2. Правила выполнения массажа у детей и подростков.

3. Показания и противопоказания к массажу у детей.
4. Гигиенические требования к проведению массажа у детей.
5. Особенности техники и методики массажа у детей.
6. Сочетание массажа с лечебной физической культурой, физиотерапией и другими средствами восстановления.
7. Особенности физического и нервно-психического развития ребенка.
8. Особенности физического развития детей.
9. Анатомо-физиологические особенности развития нервной системы ребенка.
10. Анатомо-физиологические особенности кожи и подкожно-жировой клетчатки ребенка.
11. Анатомо-физиологические особенности развития костно-мышечной системы.
12. Анатомо-физиологические особенности развития сердечно-сосудистой системы.
13. Анатомо-физиологические особенности системы крови.
14. Анатомо-физиологические особенности развития органов дыхания.
15. Анатомо-физиологические особенности развития органов пищеварения.
16. Анатомо-физиологические особенности развития эндокринной системы.
17. Возрастная периодизация, т.е. классификация детского возраста.
18. Характеристика периода новорожденности (с рождения до 10 дней).
19. Характеристика грудного возраста (10 дней – 1 год).
20. Характеристика периода раннего детства (1 – 3 года).
21. Характеристика периода первое детство (4 – 7 лет).
22. Характеристика периода второе детство (8-12 лет).
23. Характеристика подросткового возраста (13 – 16 лет).
24. Характеристика периода юношеский возраст (17 – 21 год).
25. Массаж и гимнастика для здорового ребенка до года.
26. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 1 до 3 месяцев.
27. Рефлекторные упражнения и их сочетание с массажем.
28. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от 1 до 3 месяцев.

29. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 3 до 4 месяцев.
30. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от 3 до 4 месяцев.
31. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 4 до 6 месяцев.
32. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от 4 до 6 месяцев.
33. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 6 до 9 месяцев.
34. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от 6 до 9 месяцев.
35. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 9 до 12 месяцев.
36. Особенности массаж и гимнастики в возрасте от 9 до 12 месяцев.
37. Составить примерный комплекс массажа и гимнастики для каждой возрастной группы.
38. Краткая характеристика навыков и умений ребенка в возрасте от года до трех лет.
39. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от года до трех лет.
40. Составить примерный комплекс массажа и гимнастики в возрасте от года до трех лет.
41. Массаж и гимнастика при врожденной мышечной кривошее.
42. Особенности массажа при оперативных методах лечения при врожденной мышечной кривошее.
43. Массаж и гимнастика при врожденном вывихе бедра, дисплазии тазобедренного сустава.
44. Особенности массажа при оперативных методах лечения при врожденном вывихе бедра, дисплазии тазобедренного сустава.
45. Массаж и ЛФК при врожденной косолапости.
46. Особенности методики лечебного массажа при консервативном и оперативном методах лечения при врожденной косолапости.
47. Массаж и гимнастика при пупочной грыже.
48. Особенности массажа и гимнастики при разных степенях гипотрофии.
49. Особенности массажа и гимнастики у недоношенных детей.
50. Особенности методики массажа для различных групп зрелости у недоношенных детей.
51. Особенности методики лечебного массажа в различных периодах

заболевания при рахите.

52. Массаж при мышечном гипертонусе.
53. Особенности методики массажа и лечебной физической культуры, способствующие общему расслаблению мышц тела ребенка при гипертонусе мышц.
54. Особенности методики массажа и лечебной физической культуры, способствующей расслаблению мышц-сгибателей верхних конечностей, развитию хватательной и опорной функции у детей при гипертонусе мышц.
55. Составить примерный комплекс массажа и гимнастики для каждого заболевания.
56. Особенности методики массажа при плоскостопии. Сочетание массажа, лечебной физической культуры и физиотерапии при плоскостопии.
57. Особенности методики массажа при варусной установке стоп. Сочетание массажа, лечебной физической культуры и физиотерапии при варусной установке стоп.
58. Особенности методики массажа при нестабильности голеностопного сустава. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при нестабильности голеностопного сустава.
59. Особенности методики массажа при вальгусной деформации ног. Сочетание массажа с лечебной физической культурой.
60. Особенности методики массажа при варусной деформации ног. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при варусной деформации ног.
61. Сочетание массажа, лечебной физической культуры, физических упражнений и физиотерапии при нарушениях осанки.
62. Особенности методики массажа при вялой осанке. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при вялой осанке.
63. Особенности методики массажа при плоской спине. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при плоской спине.
64. Особенности методики массажа при плосковогнутой спине. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при плосковогнутой спине.

65. Особенности методики массажа при сутулой и круглой спине. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при кругловогнутой спине.
66. Особенности методики массажа при кругловогнутой спине. Сочетание массажа с лечебной физической культурой при кругловогнутой спине.
67. Особенности методики массажа при нарушении осанки во фронтальной плоскости. Сочетание массажа с лечебной физической культурой и физиотерапией при нарушении осанки во фронтальной плоскости.
68. Особенности методики массажа в зависимости от степени, форме искривления и признаках сложности сколиоза. Сочетание массажа, лечебной физической культуры и физиотерапии при сколиозах.
69. Составить примерный комплекс методики массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
70. Особенности методики массажа при ревматизме в разные периоды реабилитации заболевания. Сочетание массажа и лечебной физической культуры.
71. Особенности методики массажа при миокардите. Сочетание массажа с лечебной физической культурой при миокардите.
72. Особенности методики массажа при врожденных пороках сердца при консервативном и оперативном лечении. Сочетание массажа с лечебной физической культурой при врожденных пороках сердца.
73. Особенности методики массажа при различных видах врожденных пороков сердца. Сочетание массажа с лечебной физической культурой.
74. Особенности методики массажа при функциональных нарушениях в работе сердца. Сочетание массажа и лечебной физической культуры.
75. Составить примерный комплекс методики массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при заболеваниях сердечно-сосудистой системы
76. Клинические формы детского церебрального паралича.
77. Периоды восстановления двигательной активности при детском церебральном параличе. Показания и противопоказания к массажу.

78. Особенности методики массажа в разные периоды восстановления при детском церебральном параличе. Сочетание массажа с лечебной физической культурой.
79. Особенности методики массажа в период остаточных явлений. Сочетание массажа с лечебной физической культурой.
80. Особенности методики массажа при различных формах миопатии. Сочетание массажа с лечебной физической культурой и общеразвивающими упражнениями.
81. Составить примерный комплекс методики массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при заболеваниях и повреждениях нервной системы.

**Примерный перечень вопросов к зачету по всему курсу.**

1. Понятие о массаже в детском и подростковом возрасте. Цели и задачи.
2. Правила выполнения массажа у детей и подростков.
3. Показания и противопоказания к массажу у детей.
4. Гигиенические требования к проведению массажа у детей.
5. Особенности техники и методики массажа у детей.
6. Сочетание массажа с лечебной физической культурой, физиотерапией и другими средствами восстановления.
7. Особенности физического и нервно-психического развития ребенка.
8. Возрастная периодизация, т.е. классификация детского возраста.
9. Характеристика периода новорожденности (с рождения до 10 дней)
10. Характеристика грудного возраста (10 дней – 1 год)
11. Характеристика периода раннего детства (1 – 3 года)
12. Характеристика периода первое детство (4 – 7 лет)
13. Характеристика периода второе детство (8-12 лет)
14. Характеристика подросткового возраста (13 – 16 лет)
15. Характеристика периода юношеский возраст (17 – 21 год)
16. Массаж и гимнастика для здорового ребенка до года.
17. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 1 до 3 месяцев.



18. Рефлекторные упражнения и их сочетание с массажем.
19. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от 1 до 3 месяцев.
20. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 3 до 4 месяцев.
21. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от 3 до 4 месяцев.
22. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 4 до 6 месяцев.
23. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от 4 до 6 месяцев.
24. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 6 до 9 месяцев.
25. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от 6 до 9 месяцев.
26. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 9 до 12 месяцев.
27. Особенности массаж и гимнастики в возрасте от 9 до 12 месяцев.
28. Краткая характеристика навыков и умений ребенка в возрасте от года до трех лет.
29. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от года до трех лет
30. Массаж и гимнастика при врожденной мышечной кривошее.
31. Массаж и гимнастика при врожденном вывихе бедра, дисплазии тазобедренного сустава.
32. Особенности массажа при оперативных методах лечения при врожденном вывихе бедра, дисплазии тазобедренного сустава.
33. Массаж и ЛФК при врожденной косолапости.
34. Массаж и гимнастика при пупочной грыже.
35. Особенности массажа и гимнастики при разных степенях гипотрофии.
36. Особенности массажа и гимнастики у недоношенных детей.
37. Массаж при мышечном гипертонусе.
38. Массаж при плоскостопии. Сочетание массажа с ЛФК.
39. Массаж при варусной установке стоп. Сочетание массажа с ЛФК.
40. Массаж при нестабильности голеностопного сустава.
41. Массаж при вальгусной деформации ног.
42. Массаж при варусной деформации ног.
43. Особенности массажа при нарушениях осанки. Сочетание массажа с

ЛФК.

44. Массаж при сколиозе. Сочетание массажа с ЛФК.
45. Массаж при ревматизме. Сочетание массажа с ЛФК.
46. Массаж при миокардите. Сочетание массажа с ЛФК.
47. Массаж при врожденных пороках сердца.
48. Массаж при функциональных нарушениях (изменениях) в работе сердца.
49. Массаж при бронхите. Сочетание массажа с дыхательными упражнениями и ЛФК.
50. Особенности массажа при хроническом (рецидивирующем) бронхите. Сочетание массажа с дыхательными упражнениями и ЛФК.
51. Особенности массажа при пневмонии.
52. Массаж при бронхиальной астме. Сочетание массажа с дыхательными упражнениями и ЛФК.
53. Массаж при детском церебральном параличе (ДЦП). Сочетание массажа с ЛФК.
54. Особенности массажа в разные периоды восстановления при ДЦП. Сочетание массажа с ЛФК.
55. Особенности массажа в период остаточных явлений при ДЦП. Сочетание массажа с ЛФК.
56. Особенности массажа при различных формах миопатии. Сочетание массажа с ЛФК и общеразвивающими упражнениями.

### **Темы рефератов**

1. Особенности физического и нервно-психического развития ребенка.
2. Массаж и гимнастика для здорового ребенка до года.
3. Краткая характеристика навыков и умений ребенка в возрасте от года до трех лет. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от года до трех лет.
4. Массаж и гимнастика при врожденной мышечной кривошее у детей.
5. Массаж и гимнастика при врожденном вывихе бедра, дисплазии тазобедренного сустава у детей.
6. Массаж и ЛФК при врожденной косолапости у детей.

7. Массаж и гимнастика при пупочной грыже у детей.
8. Особенности массажа и гимнастики при разных степенях гипотрофии у детей.
9. Особенности массажа и гимнастики у недоношенных детей.
10. Массаж при мышечном гипертонусе у детей.
11. Массаж при плоскостопии у детей.
12. Массаж при варусной установке стоп у детей.
13. Массаж при нестабильности голеностопного сустава у детей.
14. Массаж при вальгусной деформации ног у детей.
15. Массаж при варусной деформации ног у детей.
16. Особенности массажа при нарушениях осанки у детей.
17. Массаж при сколиозе у детей.
18. Массаж при ревматизме у детей.
19. Массаж при миокардите у детей.
20. Массаж при врожденных пороках сердца у детей.
21. Массаж при функциональных нарушениях (изменениях) в работе сердца у детей.
22. Массаж при бронхите у детей.
23. Особенности массажа при пневмонии у детей.
24. Массаж при бронхиальной астме у детей.
25. Массаж при детском церебральном параличе (ДЦП).

### **Решение ситуационных задач**

**1. Составление отдельных комплексов массажа и гимнастики у детей до года.** Преподаватель обозначает предполагаемый контингент (возраст, пол и функциональное состояние ребенка) и дает задание по разработке методики массажа. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и демонстрируют разработанную методику на практических занятиях.

**2. Составление отдельных методик массажа и гимнастики у детей с нарушениями развития и некоторыми заболеваниями от одного месяца до трех лет.** Преподаватель обозначает предполагаемый контингент (нарушения

развития организма и заболевания, возраст, пол, функциональное состояние ребенка) и дает задание по разработке методики лечебного массажа. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и демонстрируют разработанную методику на практических занятиях.

**3. Составление отдельных методик массажа у детей при некоторых заболеваниях и нарушениях развития опорно-двигательного аппарата.**

Преподаватель обозначает предполагаемый контингент (заболевание или травма опорно-двигательного аппарата, возраст, пол, функциональное состояние ребенка) и дает задание по разработке методики лечебного массажа. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и демонстрируют разработанную методику на практических занятиях.

**4. Составление отдельных методик массажа у детей при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.**

Преподаватель обозначает предполагаемый контингент (заболевание сердечно-сосудистой системы, возраст, пол, функциональное состояние ребенка) и дает задание по разработке методики лечебного массажа. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и демонстрируют разработанную методику на практических занятиях.

**5. Составление отдельных методик массажа у детей при заболеваниях органов дыхания.**

Преподаватель обозначает предполагаемый контингент (заболевание органов дыхания, возраст, пол, функциональное состояние ребенка) и дает задание по разработке методики лечебного массажа. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и демонстрируют разработанную методику на практических занятиях.

**6. Составление отдельных методик массажа у детей при заболеваниях и повреждениях нервной системы.**

Преподаватель обозначает предполагаемый контингент (заболевание и повреждения нервной системы, возраст, пол, функциональное состояние ребенка) и дает задание по разработке методики лечебного массажа. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и демонстрируют разработанную методику на практических занятиях.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а) Основная литература:**

1. Белая М.А. Массаж для детей: Практическое пособие. / М.А. Белая – М.: «М - ОКО», 1996 – 63 с.
2. Бирюков А.А. Лечебный массаж: Учебник для студентов высших учебных заведений. / А.А. Бирюков – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 368 с.
3. Парахина М. Детский массаж. Методика и техника массажа, гимнастика в домашних условиях. / М. Парахина – М.: ЗАО Центрполиграф, 2007. – 191 с.
4. Потапчук А.А. Лечебная физкультура в детском возрасте. / А.А. Потапчук – Изд-во: Речь, 2007. – 464 с.

### **б) Дополнительная литература:**

1. Детский массаж. Авт. – сост. С.Г. Денисовская. – 3-е изд. – М.: Айрис – пресс, 2003. – 240 с.
2. Красикова И.С. Массаж вашего ребенка / Научно-популярное издание. / И.С. Красикова – СПб.: «КРИСТАЛЛ», 1996. – 448 с., илл.
3. Лечебный массаж для новорожденных и грудных детей /Авт.-сост. Л.Смирнова. – М.: АСТ; Мн.: Харвест, 2005. – 224.
4. Физическая реабилитация: Учебник для академий и институтов физической культуры / Под. Общ. Ред. С.Н. Попова. – М., 1999.
5. Погосян, М. М. Лечебный массаж. в 2т. т.2 : учебник / М. М. Погосян .— изд. 4-е, доп. и перераб. — Малаховка : МГАФК, 2020 .— 273 с. : ил <https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=772303>

### **в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

1. Электронно-библиотечная система Elibrary - <http://elibrary.ru>
2. <http://www.sport.iatp.org.ua> — здоровье, физкультура, спорт
3. <http://www.breath.ru> — портал здорового образа жизни.

4. Теория и практика физической культуры: Журнал  
HTTP://lib.sportedu.ru/press/tpfk

5. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: Журнал  
HTTP://lib.sportedu.ru/press/fkvot

6. Физкультура и спорт: Журнал <http://www.fismag.ru/>

г) Перечень современных профессиональных баз данных и информационных систем, в том числе международных реферативных баз данных научных изданий, используемых в РГУФКСМиТ на законных основаниях

*Отечественные базы данных:*

1. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

2. Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>

3. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия  
<https://www.garant.ru/>

4. Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>

## 2. Программное обеспечение дисциплины:

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro  <i>-Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook</i>	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности Университета. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе: <i>Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i>
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.

5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
----	--------	---

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

- массажная аудитория №346 МБК
- кушетки
- раздевалка
- монитор
- ноутбук
- наглядные пособия

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплин «Массаж у детей и подростков» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 3 курса направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» профилю «Адаптивное физическое воспитание» очная, заочная формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини

Сроки изучения дисциплины: 6 семестр – очная форма обучения, 6 семестр – заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Опрос по темам</i>	<i>В течение семестра</i>	5
2	<i>Решение ситуационных задач по темам</i>	5-12	5
3	<i>Тестирование</i>	11	10
4	<i>Написание реферата на выбранную тему</i>	10-12	13
5	<i>Презентация на выбранную тему</i>	10-12	10
6	<i>Доклад на выбранную тему</i>	10-12	10
7	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>1 занятие (2 часа)=1 балл</i> 27
	<b>Зачет</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Выполнение практических заданий по ситуационным задачам на темы пропущенных занятий</i>	10
2	<i>Тестирование по пропущенным темам</i>	10
3	<i>Написание реферата по пропущенным темам</i>	15
4	<i>Презентации по пропущенным темам</i>	15



### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной  
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ДВ.01.03 МАССАЖ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ»**

Направление подготовки:  
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(Адаптивная физическая культура)»

«Адаптивное физическое воспитание»

Уровень образования: *бакалавриат*  
Форма обучения: *очная, заочная*  
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2018г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины** составляет 3 зачетных единицы.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины:** 6 семестр (очная форма), 6 семестр (заочная форма обучения)

3. **Цель освоения дисциплины:** Сформировать у студентов, обучающихся по направлению подготовки: «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» профилю: «Адаптивное физическое воспитание», понятие об общих принципах и методических правилах использования массажа у детей и подростков с лечебной и лечебно-профилактической целями. На этой основе научить их навыкам использования частных методик массажа у детей и подростков в физической реабилитации и адаптации больных и инвалидов.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			
	ПК-1.1 Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья,	6		6

занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.

ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков; - формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций; - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных мероприятий.

ПК-1.3. Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастно-половых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп; - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; -

	<p>контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.</p>			
--	---	--	--	--

**5. Краткое содержание дисциплины:  
очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>I. Ведение. Общие основы массажа у детей</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>12</b>		
<b>2</b>	1.1. Особенности физического и психо-эмоционального развития детского организма в разные возрастные периоды	6			4		
<b>3</b>	1.2. Массаж и гимнастика здорового ребенка до года	6		4	4		
<b>4</b>	1.3. Массаж и гимнастика здорового ребенка от года до трех лет	6		2	4		
<b>5</b>	<b>II. Массаж и гимнастика с нарушениями развития и некоторыми заболеваниями от одного месяца до трех лет</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>14</b>		
<b>6</b>	2.1. Массаж и гимнастика при врожденной мышечной кривошее и врожденном вывихе бедра	6		2	4		
<b>7</b>	2.2. Массаж и гимнастика при врожденной косолапости, гипотрофии и рахите	6		2	6		
<b>8</b>	2.3. Массаж и гимнастика у недоношенных детей и мышечном гипертонусе	6		2	4		
<b>9</b>	<b>III. Массаж при некоторых заболеваниях и нарушениях развития опорно-двигательного аппарата</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>10</b>		

10	3.1. Массаж при плоскостопии	6		2	2		
11	3.2. Массаж при варусной установке стоп и нестабильности голеностопного сустава	6		2	2		
12	3.3. Массаж при вальгусной (х-образной деформации ног) и варусной (о-образной деформации ног)	6		2	2		
13	3.4. Массаж при нарушении осанки и сколиозах	6		4	4		
14	<b>IV. Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		
15	4.1. Массаж при ревматизме и миокардите	6		2	4		
16	4.2. Массаж при врожденных пороках сердца и функциональных (изменениях) в работе сердца	6		2	2		
17	<b>V. Массаж при заболеваниях органов дыхания</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		
18	5.1. Массаж при остром и рецидивирующем бронхите	6		2	2		
19	5.2. Массаж при пневмонии и бронхиальной астме	6		2	4		
20	<b>VI. Массаж при заболеваниях и повреждениях нервной системы</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>6</b>		
21	6.1. Массаж при детском церебральном параличе (ДЦП)	6		4	4		
22	6.2. Массаж при миопатии	6		2	2		
23							<b>зачет</b>
<b>Итого часов:</b>			<b>18</b>	<b>36</b>	<b>54</b>		

### заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>I. Ведение. Общие основы массажа у детей</b>	<b>6</b>	<b>2</b>		<b>20</b>		
2	1.1. Особенности физического и психо-эмоционального развития	6			8		

	детского организма в разные возрастные периоды						
3	1.2. Массаж и гимнастика здорового ребенка до года	6			6		
4	1.3. Массаж и гимнастика здорового ребенка от года до трех лет	6			6		
5	<b>II. Массаж и гимнастика с нарушениями развития и некоторыми заболеваниями от одного месяца до трех лет</b>	<b>6</b>		<b>2</b>	<b>16</b>		
6	2.1. Массаж и гимнастика при врожденной мышечной кривошее и врожденном вывихе бедра	6			4		
7	2.2. Массаж и гимнастика при врожденной косолапости, гипотрофии и рахите	6			6		
8	2.3. Массаж и гимнастика у недоношенных детей и мышечном гипертонусе	6			6		
9	<b>III. Массаж при некоторых заболеваниях и нарушениях развития опорно-двигательного аппарата</b>	<b>6</b>		<b>2</b>	<b>22</b>		
10	3.1. Массаж при плоскостопии	6			4		
11	3.2. Массаж при варусной установки стоп и нестабильности голеностопного сустава	6			6		
12	3.3. Массаж при вальгусной (х-образной деформации ног) и варусной (о-образной деформации ног)	6			6		
13	3.4. Массаж при нарушении осанки и сколиозах	6			6		
14	<b>IV. Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы</b>	<b>6</b>		<b>2</b>	<b>14</b>		
15	4.1. Массаж при ревматизме и миокардите	6			8		
16	4.2. Массаж при врожденных пороках сердца и функциональных (изменениях) в работе сердца	6			6		
17	<b>V. Массаж при заболеваниях органов дыхания</b>	<b>6</b>		<b>2</b>	<b>16</b>		
18	5.1. Массаж при остром и рецидивирующем бронхите	6			8		
19	5.2. Массаж при пневмонии и бронхиальной астме	6			8		
20	<b>VI. Массаж при заболеваниях и повреждениях нервной системы</b>	<b>6</b>			<b>10</b>		
21	6.1. Массаж при детском церебральном параличе (ДЦП)	6			6		

<b>22</b>	6.2. Массаж при миопатии	6			4		
<b>23</b>							<b>зачет</b>
<b>Итого часов:</b>		<b>2</b>	<b>8</b>	<b>98</b>			