Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по учебной и
научной работе
_____М.И.Салимов
«25» _апреля_2019 г.

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
# **«АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**Направление подготовки** 49.03.01 Физическая культура

**Квалификация (степень) выпускника** бакалавр

**Форма обучения** очная, заочная

Екатеринбург 2019 г.

# Лист согласования

Рабочая программа дисциплины (модуля) *«Адаптивная физическая культура»* составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура
Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТиМ АФК протокол № 7 от «20 марта» 2019 г.
Утверждена на методическом совете Екатеринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» протокол № 8 от «25» апреля 2019 г.

Заведующий кафедрой . _____И.В. Тимофеева
подпись

Проверил:
Начальник учебного отдела _____ Л. А. Осадчая
подпись

подпись

## 1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Данная дисциплина относится к **базовой вариативной части, дисциплин по выбору Б1.В.15.ДВ.01.03.**/ части, формируемой участниками образовательных отношений, блока 1 «Дисциплины (модули)». В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается на 1,2,3,4 курсах при очной и заочной формах получения образования. Вид промежуточной аттестации: зачет

В методическом плане дисциплина опирается на знания, полученные при изучении следующих учебных курсов, дисциплин:

1 курс – анатомия человека, теория и методика обучения базовым видом спорта

## 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций (согласно ФГОС ВО 3++, ПООП, профессиональным стандартам, РУП по направлению подготовки):

| код компе-тен-ции | Наименование компетенции | Степень реализации компетенции (полностью или частично) | Индикаторы достижения компетенции | Профессиональный стандарт, код трудовой функции, содержание трудовой функции (при наличии).<br><br>/ область, сфера, типы задач, задачи, объекты профессиональной деятельности выпускников |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | **4** | 5 |
| **УК-7** | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения социальной и профессиональной деятельности | **Знать:**<br>**Пороговый уровень**<br>- основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников;<br>**Высокий уровень**<br>- основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников;<br>- правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту;<br>- основы планирования и проведения занятий по физической культуре;<br>**Повышенный уровень**<br>- основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников;<br>- правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту;<br>- основы планирования и проведения занятий по физической культуре;<br>- основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования.<br>- правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря<br><br>**Умеет:**<br>**Пороговый уровень**<br>- планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей | **Код 05.003**<br>**Тренер**<br><br>Код D/02.6<br>Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства.<br><br>Код D/03.6<br>Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | профессиональной деятельности<br>**Высокий уровень**<br>- планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности<br>- соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений;<br>- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.<br>**Повышенный уровень**<br>- планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности<br>- определять и учитывать величину нагрузки на занятиях;<br>- соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений;<br>- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.<br>**Имеет опыт:**<br>**Пороговый уровень**<br>- проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни<br>**Высокий уровень**<br>- 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;<br>- самоконтроля и анализа своего физического состояния<br>**Повышенный уровень**<br>- 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;<br>- самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности | |

## 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

**Очная форма обучения**

| Вид учебной работы | Трудоемкость | Семестры | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | |
| Зачетные единицы | з.е. | | | | | | | | |
| Общая трудоемкость (итого академических часов по плану) | час | | | | | | | | |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен) | зачет/экзамен | зачет | зачет | зачет | зачет | зачет | зачет | зачет | |
| **Контактная работа** (контакт. часы), в том числе: | час | 52 | 56 | 36 | 36 | 50 | 68 | 30 | |
| Лекции (Лек) | час | | | | | | | | |
| Практические занятия (Пр) | час | 52 | 56 | 36 | 36 | 50 | 68 | 30 | |
| Семинары | час | | | | | | | | |
| Лабораторные работы (Лаб) | час | | | | | | | | |
| Контактные часы на аттестацию (Кат) | час | | | | | | | | |
| **Самостоятельная работа**, в том | час | | | | | | | | |
| Курсовая работа (КР) | час | | | | | | | | |
| **Часы на контроль** (подготовка к экзамену) | час | | | | | | | | |
| Часов в интерактивной форме (Интер. часы) | час | | | | | | | | |

**Заочная форма обучения**

| Вид учебной работы | Трудоемкость | Семестр | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | |
| Зачетные единицы | з.е. | | | | | | | | |
| Общая трудоемкость (итого академических часов по плану) | час | 52 | 56 | 36 | 36 | 50 | 68 | 30 | |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен) | зачет/экзамен | зачет | зачет | зачет | зачет | зач | зач | зач | |
| **Контактная работа** (контакт. часы), в том числе: | час | 6 | 6 | 6 | 6 | 10 | 8 | 6 | |
| Лекции (Лек) | час | | | | | | | | |
| Практические занятия (Пр) | час | 6 | 6 | 6 | 6 | 10 | 8 | 6 | |
| Семинары | час | | | | | | | | |
| Лабораторные работы (Лаб) | час | | | | | | | | |
| Контактные часы на аттестацию (Кат) | час | | | | | | | | |
| **Самостоятельная работа**, в том | час | 46 | 42 | 26 | 26 | 36 | 56 | 20 | |
| Курсовая работа (КР) | час | | | | | | | | |
| **Часы на контроль** (подготовка к экзамену) | час | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | |
| Часов в интерактивной форме (Интер. часы) | час | | | | | | | | |

## 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

## КОМПЛЕКТОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП

В специальное учебное отделение зачисляются студенты по рекомендации и направлению врача.

С целью более дифференцированного подхода к назначению двигательных режимов студентов, относящихся к специальной медицинской группе по тяжести и характеру заболеваний, рекомендуется подразделять на две подгруппы А и Б.

К подгруппе А относятся студенты, имеющие отклонения в состоянии здоровья обратимого характера, ослабленные в связи с различными заболеваниями.

К подгруппе Б относятся студенты с органическими, необратимыми изменениями органов и систем (поражения сердечнососудистой, мочевыделительной систем, печени, высокая степень нарушения коррекции зрения с изменением глазного дна и др.).

Учебные группы комплектуются с учетом пола, заболеваний студентов, уровня их физической и функциональной подготовленности. Желательно при комплектовании групп учитывать не только диагноз заболевания (предполагающий применение не противопоказанных средств физической культуры), но и характер реакции сердечно-сосудистой системы студентов на физическую нагрузку.

Чаще всего группы студентов комплектуются по следующим нозологическим формам:

- в группе "1" занимаются студенты, имеющие заболевания сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарушения функции эндокринной и нервной систем, хронические синуситы и воспаления среднего уха, миопию.
- в группе "2" объединены студенты с заболеваниями органов брюшной полости (дискенезия желчевыводящих путей, хронический холецистит, хронический гастрит, язвенная болезнь в стадии ремиссии, колит и др.) и малого таза (дисфункция яичников, гинекологические воспалительные заболевания и др.), с нарушениями жирового, водно-солевого обменов и заболеваниями почек.
- в группе "3" заболевания студентов связаны с нарушениями опорно-двигательного аппарата и снижением двигательной функции. В случае невозможности распределения студентов на группы по заболеваниям возможно комплектование учебных групп на основании показателей реакции сердечно-сосудистой системы на нагрузку.

В зависимости от уровня физического состояния студенты групп "А", "Б" и "В" могут быть разделены на подгруппы, что определяется тестированием.

Численность групп студентов специального учебного отделения не должна превышать 8-10 человек. Большой диапазон нозологических форм в группе "А" позволяет выделить отдельно студентов, имеющих миопию от - 5 до - 7 диоптрий (при отсутствии сопутствующих заболеваний).

Перевод из групп специального учебного отделения в группы подготовительного и основного отделений возможен на основании медицинского заключения в начале или конце семестра.

Перевод студентов из основного и подготовительного отделений в специальную медицинскую группу осуществляется в любое время учебного года по заключению врача..

**Особенности занятий физической культурой в специальных медицинских группах заключаются в:**

- различной длительности частей урока и ее изменении в зависимости от характера и выраженности структурных и функциональных изменений в организме, вызванных заболеванием, реакции сердечнососудистой системы на физическую нагрузку, периода обучения;

- индивидуальном подборе и дозировании общеразвивающих и специальных упражнений с учетом показаний и противопоказаний при имеющихся заболеваниях;

- постоянном врачебно-педагогическом контроле за изменениями функционального состояния, физической подготовленности и состояния здоровья занимающихся;

- коррекции учебного плана с учетом погодных, природных и экологических условий.

Студенты-инвалиды должны заниматься отдельно от групп специального отделения ВУЗа.

Доступные и легко дозируемые упражнения подбираются в индивидуальном порядке и относятся к избирательно направленным на формирование адаптивных возможностей, стимулирующими восстановление пострадавших мышц, мышечных групп и нарушенных функций.

Общетеоретические знания по физическому воспитанию и здоровому образу жизни, включенные в лекционный курс по физическому воспитанию ВУЗа не только доступны, но и необходимы студентам с ограниченными возможностями вне зависимости от индивидуальной патологии.

Методические навыки необходимы им для самосовершенствования, обеспечения нормальной жизнедеятельности и учебы, а в будущем профессиональной деятельности по специальности.

Требования к физической подготовленности студентов с ограниченными возможностями имеют свою специфику. Их содержание определяется наличием нормативов в тех двигательных тестах, которые доступны для выполнения при определенных нозологических формах инвалидности, и которые будут являться косвенными критериями оздоровительной эффективности процесса адаптивного физического воспитания.

Основными условиями для выбора комплекса тестов должны быть:

- мотивация к их выполнению; - учет противопоказаний и ограничений;

- учет рекомендованных двигательных действий при конкретной инвалидности.

Для оценки результатов педагогического тестирования физической подготовленности необходимо обосновать комплексы тестов для дифференцированных групп студентов с учетом нозологии инвалидности.

Нормативы должны учитывать: оздоровительный эффект используемых средств, совершенствование функциональных систем организма; возможность учета малейшего прогресса в результатах тестирования для повышения мотивацию к участию в занятиях физическими упражнениями.

Развитие двигательных способностей предусматривает в работе с инвалидами выбор физических упражнений в соответствии с необходимостью воздействия на определенные функциональные системы организма для повышения уровня физического состояния студентов. Контроль динамики показателей физического состояния осуществляется на основе регистрации их значений в начале и конце семестра и учебного года.

Основными средствами адаптивного физического воспитания являются физические упражнения необходимые для обеспечения жизнедеятельности студентов с ограниченными возможностями. К таким упражнениям относятся циклические: ходьба, бег, плавание; дыхательные из разных исходных положений; упражнения на подвижность позвоночника и коррекцию нарушений осанки. Комплекс из таких упражнений должен составлять подготовительную часть занятия.

Дозируются эти упражнения легко, поэтому их количество и уровень физической нагрузки - индивидуальны в зависимости от нозологии инвалидности, индивидуальных особенностей студента, их возраста, пола, общего состояния организма.

Основная часть занятия включает обучение выполнению тех специальных упражнений, которые рекомендованы из арсенала средств лечебной физкультуры.

Выполнение специальных упражнений осуществляется индивидуальным методом организации занимающихся, поскольку кроме инвалидности каждый из них имеет индивидуальные особенности физического развития, функционального состояния различных органов и систем организма, генетику.

## 4.1. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ДИСЦИПЛИНЫ

### Очная форма обучения

| № п/п | Наименование раздела дисциплины | Содержание и формы занятий | Контактная работа (часы) | Самостоя-тельная работа (часы) |
|---|---|---|---|---|
| **Модуль №1 АДАПТИВНОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ, ОТНЕСЕННЫХ К СМГ** | | | 328 | нет |
| 1.1. | **Тема**<br><br>Адаптивное физическое воспитание. Основные понятия | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские / лабораторные занятия**<br>Общая характеристика предмета. Формы построения занятий, особенности средств, методов адаптивного физического воспитания.<br>Классификация различных видов адаптивного физического воспитания<br>Особенности методов и методических приемов адаптивного физического воспитания в различные периоды жизни инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья: в домах ребенка. и специальных (коррекционных) образовательных учреждениях для обучающихся (воспитанников) с отклонениями в развитии (дошкольных и школьных). | 26 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>нет | | |
| 1.2. | **Тема**<br>Виды адаптивного физического воспитания в местах обучения, трудовой деятельности и проживания взрослых | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские / лабораторные занятия**<br>Нагрузка в АФВ и способы ее регулирования. Врачебно-педагогический контроль в п<br>Особенности методов и методических приемов адаптивного физ. воспитания в интернатах, в вузах и других учреждениях, где трудятся и проживают взрослые инвалиды<br>Виды адаптивного физического воспитания для лиц специальных медицинских групп. | 26 | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | инвалидов | Особенности методов и методических приемов адаптивного физ. воспитания в общеобразовательных школах и вузах с контингентом учащихся и студентов специальных медицинских групп.<br>Особенности адаптивного самовоспитания и самостоятельные занятия лечебной физической культурой лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Врачебный контроль и педагогическое наблюдение. Процессе занятий АФВ лиц с ограниченными возможностями | | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>нет | | |
| **Модуль №2**<br>**ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ УЧАЩИХСЯ СМГ** | | | | |
| 2.1 | **Тема**<br>Содержание программного материала для студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, различных возрастных групп | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские / лабораторные занятия**<br>Освоение комплекса упражнений коррекционного направления адаптивного физического воспитания. Освоение составления комплекса упражнений по частям занятия<br>Освоение и составление комплекса упражнений по плотности занятия. Освоение и составление комплекса упражнений по интенсивности занятия<br>Комплексы упражнений базовой программы. Комплексы упражнений для начинающих.<br>Комплексы упражнений для правильной осанки. | 28 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>**нет** | | |
| 2.2 | **Тема**<br>Особенности методики занятий со студентами специальной медицинской группы | Лекции<br>нет | | |
| | | **Практические занятия**<br>Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма (функциональные пробы).<br>Обучение и совершенствование техники выполнения специальных упражнений для профилактики различных заболеваний<br>- нарушение опорно-двигательного аппарата;<br>- желудочно-кишечного тракта и почек;<br>- нарушений зрения;<br>- нарушений слуха;<br>- нарушений сердечно-сосудистой<br>системы и ЦНС; | 28 | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | - органов дыхания<br>Лечебная гимнастика (ЛФК), направленная на восстановление и развитие функций организма, полностью или частично утраченных студентом после болезни, травмы и др. | | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>Не предусмотрена | | |
| **Модуль № 3<br>ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ СМГ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ»** | | | | |
| 1.1 | **Тема**<br>Заболевания сердечно-сосудистой системы | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские/лабораторные занятия**<br>Врачебно-педагогический контроль и самоконтроль на занятиях со школьниками, имеющими заболевания сердечно-сосудистой системы .<br>Задачи, средства, методы, используемые в процессе организации и проведения занятий со школьниками, имеющими патологию сердечно-сосудистой системы . | 18 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>нет | | |
| 1.2 | **Тема**<br>Специальные упражнения при заболеваниях сердечно-сосудистой системы | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские/лабораторные занятия**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Проведение комплекса. Проведение функциональных проб. Дневник самоконтроля. | 18 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>нет | | |
| **Модуль № 4<br>ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ СМГ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ»** | | | | |
| **1.1** | **Тема**<br>Заболевания дыхательной системы | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские/лабораторные занятия**<br>Рассмотреть основные оздоровительные системы, используемые для коррекции и профилактики заболеваний бронхо-легочной патологии и вторичных отклонений.<br>Освоение и составление комплекса упражнений по бронхо-легочной патологии. | 18 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>нет | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **1.2** | **Тема**<br>Специальные упражнения при бронхо-легочной патологии . | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские/лабораторные занятия**<br>Освоение и составление комплекса упражнений по бронхо-легочной патологии. Проведение комплекса. Обучение комплексам упражнений по профилактике различных заболеваний. Формирование навыков правильного дыхания во время выполнения упражнений. Обучение дыхательным упражнениям (по методике Йоги, бодифлекс, Стрельниковой, Бутейко и др.). | 18 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>нет | | |
| **Модуль № 5**<br>**«ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ, ОТНЕСЕННЫХ К СМГ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА»** | | | | |
| 1.1 | **Тема**<br>Заболевания опорно-двигательного аппарата | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские/лабораторные занятия**<br>Рассмотреть основные оздоровительные системы, используемые для коррекции и профилактики заболеваний ОДА и вторичных отклонений. Освоение и составление комплекса упражнений | 23 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>нет | | |
| 1.2 | **Тема**<br>Средства и методы, адаптивного физического воспитания при заболеваниях опорно-двигательного аппарата | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские/лабораторные занятия**<br>Лечебная гимнастика (ЛФК), направленная на развитие компенсаторных функций, в том числе и двигательных, при наличии врожденных патологий; предупреждение прогрессирования заболевания. Освоение и составление комплекса упражнений. | 23 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>**нет** | | |
| **Модуль № 6**<br>**«ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО АФВ СО СТУДЕНТАМИ, ОТНЕСЕННЫХ К СМГ, ИМЕЮЩИХ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕЛУДОЧНО- КИШЕЧНОГО ТРАКТА И МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМЫ»** | | | | |
| 1.1 | **Тема**<br>Характеристика заболеваний ЖКТ и | **Лекции**<br>нет | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | мочеполовой системы | **Практические/семинарские/лабораторные занятия**<br>Особенности методики построения занятий с учащимися, имеющими отклонения в состоянии здоровья, непосредственно нарушения обмена веществ и зрительную патологию. Освоение и составление комплекса упражнений | 36 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>**нет** | | |
| 1.2 | **Тема**<br>Средства и методы, адаптивного физического воспитания при заболеваниях ЖКТ и мочеполовой системы | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские/лабораторные занятия**<br>Подобрать средства, методы и методические приемы для организации и проведения занятий с заболеваниями ЖКТ и мочеполовой системы. Методические особенности применения различных оздоровительных, коррекционных методик в процессе занятий. | 36 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>**нет** | | |
| **Модуль № 7**<br>**«ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО АФВ СО СТУДЕНТАМИ, ОТНЕСЕННЫХ К СМГ, СТРАДАЮЩИМИ РАССТРОЙСТВАМИ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ И АНОМАЛИЕЙ РЕФРАКЦИЙ»** | | | | |
| 1.1 | **Тема**<br>Характеристика заболеваний органов зрения. | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские/лабораторные занятия**<br>Особенности методики организации и проведения занятий с учащимися, имеющими заболевания органов зрения. Средства, методы, методические приемы | 14 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>нет | | |
| 1.2 | **Тема**<br>Средства и методы, адаптивного физического воспитания при расстройствах нервной системы | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские/лабораторные занятия**<br>Особенности методики организации и проведения занятий с учащимися с функциональными расстройствами нервной системы. Средства, методы, методические приемы. Задачи использования различных оздоровительных, коррекционных методик в процессе занятий АФВ учащихся с функциональными расстройствами нервной системы Обучение методам (общее расслабление под музыку, аутотренинг), снятие Психоэмоционального напряжения. Обучение методам проведения анализа психоэмоционального состояния организма с применением релаксационных методик | 16 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>нет | | |

## Заочная форма обучения

| № п/п | Наименование раздела дисциплины | Содержание и формы занятий | Контактная работа (часы) | Самостоя-тельная работа (часы) |
|---|---|---|---|---|
| **Модуль №1 АДАПТИВНОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ, ОТНЕСЕННЫХ К СМГ** | | | 48 | 252 |
| 1.1. | **Тема**<br><br>Адаптивное физическое воспитание. Основные понятия | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские / лабораторные занятия**<br>Общая характеристика предмета. Формы построения занятий, особенности средств, методов адаптивного физического воспитания.<br>Классификация различных видов адаптивного физического воспитания<br>Особенности методов и методических приемов адаптивного физического воспитания в различные периоды жизни инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья: в домах ребенка. и специальных (коррекционных) образовательных учреждениях для обучающихся (воспитанников) с отклонениями в развитии (дошкольных и школьных). | 4 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>Особенности методов и методических приемов адаптивного физического воспитания в различные периоды жизни инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья: в домах ребенка и специальных (коррекционных) образовательных учреждениях для обучающихся (воспитанников) с отклонениями в развитии (дошкольных и школьных). | | 18 |
| 1.2. | **Тема**<br>Виды адаптивного физического воспитания в местах обучения, трудовой деятельности и проживания взрослых инвалидов | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские / лабораторные занятия**<br>Нагрузка в АФВ и способы ее регулирования. Врачебно-педагогический контроль в п<br>Особенности методов и методических приемов адаптивного физ. воспитания в интернатах, в вузах и других учреждениях, где трудятся и проживают взрослые инвалиды<br>Виды адаптивного физического воспитания для лиц специальных медицинских групп.<br>Особенности методов и методических приемов адаптивного физ. воспитания в общеобразовательных школах и вузах с контингентом учащихся и студентов специальных медицинских групп.<br>Особенности адаптивного самовоспитания и самостоятельные занятия лечебной физической культурой лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Врачебный контроль и педагогическое наблюдение. Процессе занятий АФВ лиц с ограниченными возможностями | 4 | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>Виды адаптивного физического воспитания для лиц специальных медицинских групп.<br>Особенности методов и методических приемов адаптивного физ. воспитания в общеобразовательных школах и вузах с контингентом учащихся и студентов специальных медицинских групп.<br>Особенности адаптивного самовоспитания и самостоятельные занятия лечебной физической культурой лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Врачебный контроль и педагогическое наблюдение. Процессе занятий АФВ лиц с ограниченными возможностями | | 18 |
| **Модуль №2**<br>**ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ УЧАЩИХСЯ СМГ** | | | | |
| 2.1 | **Тема**<br>Содержание программного материала для студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, различных возрастных групп | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские / лабораторные занятия**<br>Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма (функциональные пробы).Освоение комплекса упражнений коррекционного направления адаптивного физического воспитания. Освоение составления комплекса упражнений по частям занятия<br>Освоение и составление комплекса упражнений по плотности занятия. Освоение и составление комплекса упражнений по интенсивности занятия<br>Комплексы упражнений базовой программы. Комплексы упражнений для начинающих.<br>Комплексы упражнений для правильной осанки. | 4 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>Освоение комплекса упражнений коррекционного направления адаптивного физического воспитания. Освоение составления комплекса упражнений по частям занятия<br>Освоение и составление комплекса упражнений по плотности занятия. Освоение и составление комплекса упражнений по интенсивности занятия<br>Комплексы упражнений базовой программы. Комплексы упражнений для начинающих.<br>Комплексы упражнений для правильной осанки. | | 18 |
| 2.2 | **Тема**<br>Особенности методики занятий со студентами специальной медицинской группы | Лекции<br>нет | | |
| | | **Практические занятия**<br>Обучение и совершенствование техники выполнения специальных упражнений для профилактики различных заболеваний<br>- нарушение опорно-двигательного аппарата;<br>- желудочно-кишечного тракта и почек; | 4 | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | - нарушений зрения;<br>- нарушений слуха;<br>- нарушений сердечно-сосудистой системы и ЦНС;<br>- органов дыхания<br>Лечебная гимнастика (ЛФК), направленная на восстановление и развитие функций организма, полностью или частично утраченных студентом после болезни, травмы и др. | | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>Лечебная гимнастика (ЛФК), направленная на восстановление и развитие функций организма, полностью или частично утраченных студентом после болезни, травмы и др. | | 18 |
| **Модуль № 3<br>ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ СМГ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ»** | | | | |
| 1.1 | **Тема**<br>Заболевания сердечно-сосудистой системы | **Лекции** | | |
| | | **Практические/семинарские/лабораторные занятия** Врачебно-педагогический контроль и самоконтроль на занятиях со школьниками, имеющими заболевания сердечно-сосудистой системы.<br>Задачи, средства, методы, используемые в процессе организации и проведения занятий со школьниками, имеющими патологию сердечно-сосудистой системы. | 4 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. | | 18 |
| 1.2 | **Тема**<br>Специальные упражнения при заболеваниях сердечно-сосудистой системы | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские/лабораторные занятия**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Проведение комплекса. Проведение функциональных проб. Дневник самоконтроля. | 4 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. | | 18 |
| **Модуль № 4<br>ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ СМГ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ»** | | | | |
| **1.1** | **Тема**<br>Заболевания дыхательной | **Лекции**<br>нет | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | системы | **Практические/семинарские/лабораторные занятия**<br>Рассмотреть основные оздоровительные системы, используемые для коррекции и профилактики заболеваний бронхо-легочной патологии и вторичных отклонений.<br>Освоение и составление комплекса упражнений по бронхо-легочной патологии. | 4 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при заболеваниях бронхо-легочной патологии. | | 18 |
| **1.2** | **Тема**<br>Специальные упражнения при бронхо-легочной патологии . | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские/лабораторные занятия**<br>Освоение и составление комплекса упражнений по бронхо-легочной патологии. Проведение комплекса. Обучение комплексам упражнений по профилактике различных заболеваний. Формирование навыков правильного дыхания во время выполнения упражнений. Обучение дыхательным упражнениям (по методике Йоги, бодифлекс, Стрельниковой, Бутейко и др.). | 4 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при заболеваниях бронхо-легочной патологии. | | 18 |
| **Модуль № 5<br>«ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ, ОТНЕСЕННЫХ К СМГ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА»** | | | | |
| 1.1 | **Тема**<br>Заболевания опорно-двигательного аппарата | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские/лабораторные занятия**<br>Лечебная гимнастика (ЛФК), направленная на развитие компенсаторных функций, в том числе и двигательных, при наличии врожденных патологий Рассмотреть основные оздоровительные системы, используемые для коррекции и профилактики заболеваний ОДА и вторичных отклонений. Освоение и составление комплекса упражнений | 4 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при заболеваниях ОДА | | 18 |
| 1.2 | **Тема**<br>Средства и методы, адаптивного физического воспитания при заболеваниях опорно-двигательного аппарата | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские/лабораторные занятия**<br>Лечебная гимнастика (ЛФК), направленная на развитие компенсаторных функций, в том числе и двигательных, при наличии врожденных патологий; предупреждение прогрессирования заболевания. Освоение и составление комплекса упражнений. | 4 | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при заболеваниях ОДА | | 18 |
| **Модуль № 6**<br>**«ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО АФВ СО СТУДЕНТАМИ, ОТНЕСЕННЫХ К СМГ, ИМЕЮЩИХ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕЛУДОЧНО- КИШЕЧНОГО ТРАКТА И МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМЫ»** | | | | |
| 1.1 | **Тема**<br>Характеристика заболеваний ЖКТ и мочеполовой системы | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские/лабораторные занятия**<br>Особенности методики построения занятий с учащимися, имеющими отклонения в состоянии здоровья, непосредственно нарушения обмена веществ и зрительную патологию. Освоение и составление комплекса упражнений | 2 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при заболеваниях ЖКТ и мочеполовой системы | | 18 |
| 1.2 | **Тема**<br>Средства и методы, адаптивного физического воспитания при заболеваниях ЖКТ и мочеполовой системы | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские/лабораторные занятия**<br>Подобрать средства, методы и методические приемы для организации и проведения занятий с заболеваниями ЖКТ и мочеполовой системы. Методические особенности применения различных оздоровительных, коррекционных методик в процессе занятий. | 2 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при заболеваниях ЖКТ и мочеполовой системы | | 18 |
| **Модуль № 7**<br>**«ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО АФВ СО СТУДЕНТАМИ, ОТНЕСЕННЫХ К СМГ, СТРАДАЮЩИМИ РАССТРОЙСТВАМИ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ И АНОМАЛИЕЙ РЕФРАКЦИЙ»** | | | | |
| 1.1 | **Тема**<br>Характеристика заболеваний органов зрения. | **Лекции**<br>нет | | |
| | | **Практические/семинарские/лабораторные занятия**<br>Особенности методики организации и проведения занятий с учащимися, имеющими заболевания органов зрения. Средства, методы, методические приемы | 2 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при нарушении зрения. | | 18 |
| 1.2 | **Тема**<br>Средства и методы, | **Лекции**<br>нет | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | адаптивного физического воспитания при расстройствах нервной системы | **Практические/семинарские/лабораторные занятия**<br>Особенности методики организации и проведения занятий с учащимися с функциональными расстройствами нервной системы. Средства, методы, методические приемы. Задачи использования различных оздоровительных, коррекционных методик в процессе занятий АФВ учащихся с функциональными расстройствами нервной системыОбучение методам (общее расслабление под музыку, аутотренинг), снятие Психоэмоционального напряжения. Обучение методам проведения анализа психоэмоционального состояния организма с применением релаксационных методик | 2 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при расстройствах нервной системы . | | 18 |

### 4.2. Темы занятий с применением интерактивных технологий

Не предусмотрено

## 5. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа организуется с целью формирования общекультурных компетенций (предусмотренных данной программой), понимаемых как способность применять знания, умения и личностные качества.

**Основные формы организации СР:**

1. Аудиторная СР под методическим руководством преподавателя на практических занятиях.

2. Внеаудиторная СР под методическим руководством и контролем преподавателя, но без его непосредственного участия при подготовке к аудиторным занятиям, текущим и промежуточным формам контроля.

**Виды СР обучающихся:**

Методические рекомендации студентам по изучению рекомендованной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

Подготовка к семинарскому занятию на основе изучения научной и учебной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных

систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

Подготовка к практическому занятию.

Практическое занятие − это занятие, проводимое под руководством преподавателя на базе медицинского учреждения, направленное на углубление научно-теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы. В процессе таких занятий вырабатываются практические умения.

Подготовка к промежуточному контролю по дисциплине.

Экзамен/Зачет является неотъемлемой частью учебного процесса и призван закрепить и упорядочить знания студента, полученные на занятиях и самостоятельно. Сдачи экзамена предшествует работа студента на лекционных, семинарских занятиях и самостоятельная работа по изучению предмета. Отсутствие студента на занятиях без уважительной причины и невыполнение заданий самостоятельной работы является основанием для недопущения студента к зачету. Готовиться к зачету необходимо последовательно, с учётом примерных вопросов, содержащихся в программе. Сначала следует определить место каждого контрольного вопроса в соответствующем разделе темы учебной программы, а затем внимательно прочитать и осмыслить рекомендованную учебную и научную литературу. При этом полезно делать хотя бы самые краткие выписки и заметки. Работу над темой можно считать завершенной, если вы сможете ответить на все контрольные вопросы и дать определение понятий по изучаемой теме. Для обеспечения полноты ответа на вопросы и лучшего запоминания теоретического материала рекомендуется составлять план ответа на контрольный вопрос. Это позволит сэкономить время для подготовки непосредственно перед экзаменом за счёт обращения не к литературе, а к своим записям. При подготовке необходимо выявлять наиболее сложные, дискуссионные вопросы, с тем, чтобы обсудить их с преподавателем на обзорных лекциях и консультациях.

**Очная форма обучения**

Самостоятельная работа не предусмотрена.

**Заочная форма обучения**

| **Модуль №1 АДАПТИВНОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ, ОТНЕСЕННЫХ К СМГ**<br>Тема<br>**Адаптивное физическое воспитание. Основные понятия** |
|---|
| **Содержание**<br>Особенности методов и методических приемов адаптивного физического воспитания в различные периоды жизни инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья: в домах ребенка и специальных (коррекционных) образовательных учреждениях для обучающихся (воспитанников) с отклонениями в развитии (дошкольных и школьных). |
| **Форма отчетности**<br>Устный опрос |

| |
|---|
| Тема<br>**Виды адаптивного физического воспитания в местах обучения, трудовой деятельности и проживания взрослых инвалидов** |
| **Содержание**<br>Виды адаптивного физического воспитания для лиц специальных медицинских групп.<br>Особенности методов и методических приемов адаптивного физ. воспитания в общеобразовательных школах и вузах с контингентом учащихся и студентов специальных медицинских групп.<br>Особенности адаптивного самовоспитания и самостоятельные занятия лечебной физической культурой лиц с отклонениями в состоянии здоровья.<br>Врачебный контроль и педагогическое наблюдение. Процессе занятий АФВ лиц с ограниченными возможностями |
| **Форма отчетности**<br>Устный опрос |
| **Модуль №2**<br>**ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ УЧАЩИХСЯ СМГ**<br>Тема<br>**Содержание программного материала для студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, различных возрастных групп** |
| **Содержание**<br>Освоение комплекса упражнений коррекционного направления адаптивного физического воспитания. Освоение составления комплекса упражнений по частям занятия<br>Освоение и составление комплекса упражнений по плотности занятия. Освоение и составление комплекса упражнений по интенсивности занятия<br>Комплексы упражнений базовой программы. Комплексы упражнений для начинающих. Комплексы упражнений для правильной осанки. |
| **Форма отчетности**<br>Устный опрос |
| Тема<br>**Особенности методики занятий со студентами специальной медицинской группы** |
| **Содержание**<br>Лечебная гимнастика (ЛФК), направленная на восстановление и развитие функций организма, полностью или частично утраченных студентом после болезни, травмы и др. |
| **Форма отчетности**<br>Устный опрос |
| **Модуль № 3**<br>**ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ СМГ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ»**<br>Тема<br>**Заболевания сердечно-сосудистой системы** |

| |
|---|
| **Содержание**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. |
| **Форма отчетности**<br>Демонстрационный показ на группе |
| Тема<br>**Специальные упражнения при заболеваниях сердечно-сосудистой системы** |
| **Содержание**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. |
| **Форма отчетности**<br>Демонстрационный показ на группе |
| **Модуль № 4**<br>**ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ СМГ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ»**<br>Тема<br>**Заболевания дыхательной системы** |
| **Содержание**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при заболеваниях бронхо-легочной патологии. |
| **Форма отчетности**<br>Демонстрационный показ на группе |
| Тема<br>**Специальные упражнения при бронхо-легочной патологии.** |
| **Содержание**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при заболеваниях бронхо-легочной патологии. |
| **Форма отчетности**<br>Демонстрационный показ на группе |
| **Модуль № 5**<br>**«ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ, ОТНЕСЕННЫХ К СМГ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА»**<br>Тема<br>**Заболевания опорно-двигательного аппарата** |
| **Содержание**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при заболеваниях ОДА |
| **Форма отчетности**<br>Демонстрационный показ на группе |

| |
|---|
| Тема<br>**Средства и методы, адаптивного физического воспитания при заболеваниях опорно-двигательного аппарата** |
| **Содержание**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при заболеваниях ОДА |
| **Форма отчетности**<br>Демонстрационный показ на группе |
| **Модуль № 6**<br>**«ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО АФВ СО СТУДЕНТАМИ, ОТНЕСЕННЫХ К СМГ, ИМЕЮЩИХ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕЛУДОЧНО- КИШЕЧНОГО ТРАКТА И МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМЫ»**<br>Тема<br>**Характеристика заболеваний ЖКТ и мочеполовой системы** |
| **Содержание**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при заболеваниях ЖКТ и мочеполовой системы |
| **Форма отчетности**<br>Демонстрационный показ на группе |
| Тема<br>**Средства и методы, адаптивного физического воспитания при заболеваниях ЖКТ и мочеполовой системы** |
| **Содержание**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при заболеваниях ЖКТ и мочеполовой системы |
| **Форма отчетности**<br>Демонстрационный показ на группе |
| **Модуль № 7**<br>**«ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО АФВ СО СТУДЕНТАМИ, ОТНЕСЕННЫХ К СМГ, СТРАДАЮЩИМИ РАССТРОЙСТВАМИ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ И АНОМАЛИЕЙ РЕФРАКЦИЙ»**<br>Тема<br>**Характеристика заболеваний органов зрения.** |
| **Содержание**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при нарушении зрения. |
| **Форма отчетности**<br>Демонстрационный показ на группе |
| Тема<br>**Средства и методы, адаптивного физического воспитания при расстройствах нервной системы** |
| **Содержание**<br>Освоение и составление комплекса упражнений при расстройствах нервной системы |

| **Форма отчетности** |
| --- |
| Демонстрационный показ на группе |

## 6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ) ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Примеры оценочных средств для текущего контроля успеваемости

**1. Проведение фрагмента занятия по АФВ для разных нозологических групп.**

**Критерии оценки:**

| | |
|---|---|
| 2 балла | Фрагмент занятия проведен (составлен) не полно, с ошибками, не соответствуют нозологической категории, вторичным нарушениям. |
| 3 балла | Фрагмент занятия проведен (составлен) не полно, с некоторыми ошибками, не соответствуют нозологической категории, вторичным нарушениям. |
| 4 балла | Фрагмент занятия проведен (составлен) полно, но с незначительными ошибками, не полностью соответствуют нозологической категории, вторичным нарушениям. |
| 5 баллов | Фрагмент занятия проведен (составлен) составлены полно, соответствуют нозологической категории, вторичным нарушениям. |

**Текущий контроль успеваемости**

Критерием текущего контроля является регулярность посещения обязательных учебных занятий.

**Промежуточная аттестация**

Для студентов всех курсов обучения обязательным является выполнение следующих требований:

1. 100% посещение занятий (с учетом пропусков по уважительным причинам).

2. Прохождение тестирования с целью оценки уровня физической подготовленности и функционального состояния организма занимающихся.

Результаты контрольного тестирования не влияют на факт получения зачета, являясь одним из показателей, с помощью которых корректируется индивидуальная нагрузка в учебном процессе по физическому воспитанию с целью повышения его эффективности.

3. Оценка сформированности практических умений в профессионально-прикладной физической подготовке студентов:

- на первом курсе обучения - оценка умения выполнять команды, управлять строем; составить и провести комплекс общеразвивающих упражнений;
- на втором курсе обучения - оценка умения составить и провести специальный комплекс упражнений применительно к конкретному заболеванию, владеть приемами самомассажа.
- на третьем курсе обучения - оценка умения планировать, организовывать и проводить подвижные игры в процессе учебного занятия
- на четвертом курсе – проводить занятия для всех нозологических категорий

Зачет ставится при условии соблюдения всех вышеперечисленных требований.

К тестированию допускаются студенты, посетившие не менее 75% занятий непосредственно перед датой их приема.

В случае невозможности выполнения контрольных упражнений по объективным причинам студент освобождается от них с обязательной сдачей теоретического раздела программы занятий (техники выполнения контрольных упражнений).

Пропущенные студентами занятия по неуважительной причине, отрабатываются в дополнительно назначенное преподавателем время (не более двух часов в день и с учетом особенностей заболевания не чаще 3-4 раз в неделю, включая основные занятия).

## Вопросы к устному зачету/экзамену

1. Врачебно-педагогический контроль в процессе организации и проведения занятий по АФВ со студентами СМГ.
2. Организация и проведение занятий по адаптивному физическому воспитанию со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
3. Средства и методы АФВ.
4. Цель и задачи адаптивного физического воспитания.
5. Формы организации и проведения занятий со студентами различных нозологических и возрастных групп.
6. Структура занятий адаптивным физическим воспитанием в специальной медицинской группе.
7. Методические особенности проведения занятий по адаптивному физическому воспитанию со студентами специальных медицинских групп.
8. Содержание, методы и методические приемы проведения занятий со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
9. Методика построения занятий в зависимости от заболеваний, дозировка и методы контроля.
10. Организация двигательной активности на занятиях со студентами, имеющими отклонения со стороны СС и дыхательной систем.
11. Виды и содержания занятий дошкольников и школьников с нарушениями деятельности СС и дыхательной систем.
12. Показатели, характеризующие состояние и нарушения деятельности ССС и дыхательной систем.
13. Организация двигательной активности на занятиях со студентами, имеющими заболевания ОДА.
14. Показания и противопоказания к использованию различных упражнений на занятиях со студентами, имеющими заболевания ОДА.
15. Организация двигательной активности на занятиях студентов, имеющими заболевания ЖКТ и мочеполовой системы.
16. Показания и противопоказания к использованию различных упражнений. Подбор средств для развития и совершенствования основных физических качеств студентов с заболеваниями ЖКТ.
17. Организация двигательной активности на занятиях со студентами, имеющими заболевания органов зрения и слуха.
18. Физические упражнения как средство повышения двигательных и адаптационных возможностей детей с заболеваниями органов зрения и слуха.
19. Особенности организации и проведения занятий со студентами, имеющими нарушения обмена веществ.
20. Использование нетрадиционных средств физического воспитания для повышения двигательной активности на занятиях со студентами СМГ.
21. Цели, задачи, средства и методы, используемые для повышения двигательной активности на занятиях со студентами СМГ.
22. Формы и методы врачебно-педагогического контроля в процессе занятий АФВ со студентами специальных медицинских групп.
23. Характеристика физической нагрузки в АФВ студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья.
24. Способы дозирования физической нагрузки в процессе занятий.
25. Критерии оценки оптимальности нагрузки и эффективности построения занятий по АФВ для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.
26. Виды и формы врачебно-педагогического контроля, используемые в процессе занятий АФВ лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

27. Особенности проведения методик оценки физического развития, функционального состояния, физической подготовленности лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

## 7. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ (РЕФЕРАТОВ)

Не предусмотрена

## 8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 8.1. Основная литература

1. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в АФК: учебник/авт.-сост. О. Э. Евсеева, С.П. Евсеев; под ред. С.П. Евсеева. – Москва: Спорт, 2016.-384с.: ил.- ISBN 978-5-906839-18-3.- 1000 экз.-Текст: непосредственный.

### 8.2. Дополнительная литература

1. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в АФК: учеб. пособие/авт.-сост. О. Э. Аксенова, С.П. Евсеев; под ред. С.П. Евсеева. – Москва: Советский спорт, 2007.-296с.: ил.- ISDN 978-5-9718-0239-6.- 500 экз.-Текст: непосредственный.

### 8.3 Электронные ресурсы

Технологии физкультурно-спортивной деятельности в АФК: учебник/под ред. С.П. Евсеева. – Москва: Спорт, 2016.-384с.- ISBN 978-5-906839-18-3.- Текст: электронный// ЭБС Флибуста [сайт].- URL: http://flibustahezeous3.onion/

### 8.4. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимый для освоения дисциплины (модуля)

Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/

Российское образование http://www.edu.ru/

Справочная правовая система «Консультант плюс» http://www.consultant.ru

Электронно-библиотечная система Университетская библиотека Online http ://biblioclub.ru/

## 9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 9.1. Программное обеспечение.

ROSA ENTERPRISE LINUX DESKTOP

WPS OFFICE 2016 Linux

Dr.Web Desktop Security Suite (комплексная защита)
Система «Ведомости кафедры»
Мультимедийное сопровождение дисциплины

**9.2. Материально-техническое обеспечение**

1) 243 кабинет лечебной физической культуры и массажа Екатеринбург, ул. Шаумяна,. 85; теории, организации и методики адаптивной физической культуры Екатеринбург, ул. Шаумяна, 85. (Кольца для пилатеса, батут, мягкий модуль 2 шт, гимнастические палки, балансы, шведская стенка, бодибар, гантели, фитболы, сенсорные дорожки, массажные мячи, блоки для йоги, полусферы, гимнастические коврики, утяжелители, степ-платформы, скакалки, гимнастические палки (20 шт.), кольца для пилатеса, шведская стенка, бодибары, гантели, фитболы, массажные мячи, блоки для йоги, гимнастические коврики, утяжелители, степ-платформы).

2) 312 ауд.: Стол 1 шт., парты- 16 шт., стенд – 2 шт., стулья- 32 шт., доска классная -1 шт., проектор – шт., экран- 1 шт.,, монитор- 1 шт., маленький процессор – 1 шт., презентации – 4 шт. Программное обеспечение GNU GPL: Операционная система Linux + Офисный пакет LibreOffice + Браузер Chromium, Mozilla Firefox

## 10. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Каждый семестр содержит один раздел. Практические занятия по дисциплине «Адаптивная физическая культура» проводятся для студентов, имеющих ограниченные возможности в состоянии здоровья по медицинским показателям и распределенных по следующим категориям: - с нарушением статодинамической функции, - с нарушением функций кровообращения, дыхания, пищеварения, выделения, обмена веществ и энергии, внутренней секреции, - с нарушениями сенсорных функций (зрения, слуха, обоняния, осязания).

Студенты обязаны посетить не менее 75% учебных занятий. Пропуски разрешены в случаях, подтверждённых оправдательными документами. На практических занятиях обязательны спортивная форма и обувь, без которых студент к занятиям не допускается.

После окончания каждого раздела в конце семестра студенты выполняют контрольно-зачетные требования. Дополнительные проценты студент может получить в поощрение за посещение всех занятий без пропусков, за активное участие в научных конференциях различных уровней и в спортивно-массовых мероприятиях, проводимых кафедрой, вузом и т.д.

Приложение №1

## Формы и критерии оценки контроля для различных видов деятельности

Балльно-рейтинговая система оценивания учебных достижений студентов (формы и критерии оценки контроля для различных видов деятельности)
(для дисциплины с зачетом)

| Виды деятельности | Тема | Критерии оценки | Баллы | |
|---|---|---|---|---|
| | | | min | max |
| Модуль № 1. | | | 10 | 20 |
| **Посещение** занятий (9) | Посещение 1 занятия – 1 балл | Присутствие и активность на занятии, составление конспекта | 4 | 8 |
| **Контроль** Проверка основных понятий, терминов (1) | Модуль 1 , темы 1.2., раздел 2 Тема 2.1.<br><br>Модуль 2 Темы 2.1-2.3<br><br>Модуль 3, Тема 3.1. Устный опрос, решение ситуационных задач | 1.1 ошибка – 10 баллов (высокий уровень)<br>2-5 ошибок – 7 баллов (продвинутый уровень)<br>6-10 ошибок – 5 баллов (пороговый уровень)<br>Более 10 ошибок – работа не засчитывается | 4 | 6 |
| Тестирование на знание темы (1) | Модуль 1 , темы 1.2., раздел 2 Тема 2.1.<br><br>Модуль 2 Темы 2.1-2.3<br><br>Модуль 3, Тема 3.1. Устный опрос, решение ситуационных задач | 81-100% правильных ответов – 10 баллов<br>60-80% правильных ответов – 7 баллов<br>50 – 60% правильных ответов – 5 баллов | 5 | 7 |
| **СРС**<br>По плану (3) | В соответствии с планом занятий | Оценивается правильность устного ответа<br>Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи. Ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента.<br><br>- Дан полный, но недостаточно последовательный ответ на поставленный вопрос, но при этом показано умение выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Могут быть допущены 2-3 ошибки в определении основных понятий, которые студент затрудняется исправить самостоятельно.<br><br>- Дан неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с | 3<br><br>2 | 5,5<br><br>3 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | существенными ошибками в определениях. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Студент не осознает связь данного понятия, теории, явления с другими объектами дисциплины. Отсутствуют выводы. Речь неграмотная. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента не только на поставленный вопрос, но и на другие вопросы дисциплины. | 1 | 1 |
| Модуль № 2. | | | 10 | 20 |
| **Посещение** занятий (11) | Посещение 1 занятия – 1 балл | Присутствие и активность на занятии, составление конспекта | 4 | 6 |
| **Контроль** Тестирование (2) | тема 2.1 тема 2.2. | 50 – 60% правильных ответов – 3 балла 60-80% правильных ответов – 4 балла 81-100% правильных ответов – 5 балла | 3 | 5 |
| Устный опрос (2) | тема 2.1 тема 2.2. | Оценивается ответ | 3 | 5 |
| **СРС** По плану (6) | | Оценивается ответ | 0,5 | 1,1 |
| Творческое задание по теме (2) | По теме | Оценивается качество, достаточность и полезность информации | 3 | 5 |
| **Посещение** занятий (11) | Посещение 1 занятия – 1 балл | Присутствие и активность на занятии, составление конспекта | 4 | 6 |
| Устный опрос (2) | тема 2.1 тема 2.2. | Оценивается ответ | 3 | 5 |
| **СРС** По плану (6) | | Оценивается ответ | 0,5 | 1,1 |
| **Итого** | | | **60** | **100** |

Приложение 2

**Аннотация дисциплины**

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

направление подготовки 49.03.01 Физическая культура

1. Данная дисциплина относится к **базовой вариативной части, дисциплин по выбору Б1.В.15.ДВ.01.03.**/ части, формируемой участниками образовательных отношений, блока 1 «Дисциплины (модули)». В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается на 1,2,3,4 курсах при очной и заочной формах получения образования. Вид промежуточной аттестации: зачет

2. Результаты обучения по дисциплине

| | |
|---|---|
| УК-7 | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения социальной и профессиональной деятельности |

3. Содержание дисциплины.

Модуль №1 АДАПТИВНОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ, ОТНЕСЕННЫХ К СМГ

1.1. Тема Адаптивное физическое воспитание. Основные понятия

1.2. Тема Виды адаптивного физического воспитания в местах обучения, трудовой деятельности и проживания взрослых инвалидов

Модуль №2

ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ УЧАЩИХСЯ СМГ

2.1 Тема Содержание программного материала для студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, различных возрастных групп

2.2 Тема Особенности методики занятий со студентами специальной медицинской группы

Модуль № 3

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ СМГ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ»

1.1 Тема Заболевания сердечно-сосудистой системы

1.2 Тема Специальные упражнения при заболеваниях сердечно-сосудистой системы

Модуль № 4

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ СМГ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ»

1.1 Тема Заболевания дыхательной системы

1.2 Тема Специальные упражнения при бронхо-легочной патологии.

Модуль № 5

«ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ, ОТНЕСЕННЫХ К СМГ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА»

1.1 Тема Заболевания опорно-двигательного аппарата

1.2 Тема Средства и методы, адаптивного физического воспитания при заболеваниях опорно-двигательного аппарата Лекции

Модуль № 6

«ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО АФВ СО СТУДЕНТАМИ, ОТНЕСЕННЫХ К СМГ, ИМЕЮЩИХ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА И МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМЫ»

1.1 Тема Характеристика заболеваний ЖКТ и мочеполовой системы

1.2 Тема Средства и методы, адаптивного физического воспитания при заболеваниях ЖКТ и мочеполовой системы

Модуль № 7

«ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО АФВ СО СТУДЕНТАМИ, ОТНЕСЕННЫХ К СМГ, СТРАДАЮЩИМИ РАССТРОЙСТВАМИ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ И АНОМАЛИЕЙ РЕФРАКЦИЙ»

1.1 Тема Характеристика заболеваний органов зрения.

1.2 Тема Средства и методы, адаптивного физического воспитания при расстройствах нервной системы Лекции

**Очная форма обучения**

| Вид учебной работы | Трудоемкость | Семестры | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | |
| Зачетные единицы | з.е. | | | | | | | | |
| Общая трудоемкость (итого академических часов по плану) | час | | | | | | | | |
| Вид промежуточной аттестации | зачет/экзамен | зачет | зачет | зачет | зачет | | | | |
| **Контактная работа** (контакт. часы), в том числе: | час | 52 | 56 | 36 | 36 | 50 | 68 | 30 | |
| Лекции (Лек) | час | | | | | | | | |
| Практические занятия (Пр) | час | 52 | 56 | 36 | 36 | 50 | 68 | 30 | |
| Семинары | час | | | | | | | | |
| Лабораторные работы (Лаб) | час | | | | | | | | |
| Контактные часы на аттестацию (Кат) | час | | | | | | | | |
| **Самостоятельная работа**, в | час | | | | | | | | |
| Курсовая работа (КР) | час | | | | | | | | |
| **Часы на контроль** (подготовка к экзамену) | час | | | | | | | | |
| Часов в интерактивной форме (Интер. часы) | час | | | | | | | | |

**Заочная форма обучения**

| Вид учебной работы | Трудоемкость | Семестр | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **7** | | |
| Зачетные единицы | з.е. | | | | | | | | |
| Общая трудоемкость (итого академических часов по плану) | час | 52 | 56 | 36 | 36 | 50 | 68 | 30 | |
| Вид промежуточной аттестации | зачет/экзамен | зачет | зачет | зачет | зачет | зач | зач | | |

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Контактная работа** (контакт. часы), в том числе: | час | 6 | 6 | 6 | 6 | 10 | 8 | 6 | |
| Лекции (Лек) | час | | | | | | | | |
| Практические занятия (Пр) | час | 6 | 6 | 6 | 6 | 10 | 8 | 6 | |
| Семинары | час | | | | | | | | |
| Лабораторные работы (Лаб) | час | | | | | | | | |
| Контактные часы на аттестацию (Кат) | час | | | | | | | | |
| **Самостоятельная работа**, в | час | 46 | 42 | 26 | 26 | 36 | 56 | 20 | |
| Курсовая работа (КР) | час | | | | | | | | |
| **Часы на контроль** (подготовка к экзамену) | час | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | |
| Часов в интерактивной форме (Интер. часы) | час | | | | | | | | |