

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Забайкальский государственный университет»  
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра Спортивных, медико-биологических дисциплин

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Факультет физической  
культуры и спорта

Геберт Виталий  
Климентьевич

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_  
г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.В.02.01 Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической  
культуре  
на 252 часа(ов), 7 зачетных(ые) единиц(ы)  
для направления подготовки (специальности) 49.03.02 - Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом  
Министерства образования и науки Российской Федерации от  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г. №\_\_\_\_\_

Профиль – Адаптивное физическое воспитание (для набора 2023)  
Форма обучения: Очная

# 1. Организационно-методический раздел

## 1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

Предметные: - овладение основами технологий физкультурно-спортивной деятельности для работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями различных возрастных и нозологических групп во всех видах адаптивной фи-зической культуры;

- овладение способами применения различных технологий во всех видах адаптивной физической культуры: адаптивном физическом воспитании, адаптивном спорте, адаптивной двигательной рекреации, физической реабилитации, экстремальных и креативных (художественно-музыкальных) телесноориентированных видах двигательной активности;

- формирование целостной системы знаний и практических умений для профессиональной деятельности во всех видах адаптивной физической культуры с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, инвалидами различных нозологических групп.

Личностные: - формирование мотивационной готовности к предстоящей деятельности: осознанное принятие ценностей профессиональной деятельности в области АФК; - развитие теоретической и практической готовности: когнитивных, конструктивных и организационных умений развитие коммуникативных способностей: общения и сотрудничества, точности и продуктивности в решении коррекционно-оздоровительных задач;

- формирование творческой и рефлексивной готовности: проявляющейся в активной позиции в профессиональной деятельности, самостоятельности, психологической и творческой активности в овладении профессиональными знаниями и умениями, способностью занять исследовательскую позицию по отношению к своей практической деятельности и к самому себе как ее субъекту.

Задачи изучения дисциплины:

Освоение студентами основ знаний в области технологий физкультурно-спортивной деятельности, целостное осмысление содержательной стороны (средств, методов, организационных форм) профессиональной деятельности в адаптивной физической культуре.

Освоение системы теоретических аспектов технологий адаптивной физической культуры в контексте содержания будущей профессиональной деятельности;

Формирование практических умений и навыков выполнения основных физических упражнений, используемых в различных видах технологий физкультурно-спортивной деятельности;

Приобретение методических умений и навыков проведения занятий по различным видам адаптивной физической культуры с использованием изученных технологий физкультурно-спортивной деятельности применительно к инвалидам и лицам с ограниченными возможностями различных возрастных и нозологических групп;

Формирование у студентов навыков самостоятельности и творчества, увеличение масштаба рефлексии личности студента, стремления и интереса к самостоятельной научно-исследовательской деятельности и самосовершенствованию при использовании различных технологий физкультурно-спортивной деятельности;- познакомить с этапами проведения мероприятий;

## 1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Дисциплина «Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре» относится к дисциплинам «Предметно-профессионального» модуля. Дисциплина тесно взаимосвязана с дисциплинами «Теория и организация АФК», «Частные методики АФК», «Общие основы массажа», «Теория и методика адаптивного физического воспитания». Освоение дисциплины необходимо студентам для прохождения в дальнейшем учебной практики в спортивных школах и проведению научных исследований по направлению профессиональной подготовки.

## 1.3. Объем дисциплины (модуля) с указанием трудоемкости всех видов учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 7 зачетных(ые) единиц(ы), 252 часов.

Виды занятий	Семестр 4	Семестр 5	Всего часов
Общая трудоемкость			252
Аудиторные занятия, в т.ч.	32	60	92
Лекционные (ЛК)	16	30	46
Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	16	30	46
Лабораторные (ЛР)	0	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	40	48	88
Форма промежуточной аттестации в семестре	Экзамен	Экзамен	72
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)			

## 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы	Планируемые результаты обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции, формируемые в рамках дисциплины	Дескрипторы: знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности
ОПК-1	<p>ОПК-1.1 Знать физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p>ОПК-1.2 Уметь проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p>ОПК-1.3 Владеть навыками проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p>	<p>Знать: физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p>Уметь: проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p>Владеть: навыками проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p>
ОПК-2	<p>ОПК-2.1 Знать способы воздействия на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры</p> <p>ОПК-2.2 Уметь обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры</p>	<p>Знать: способы воздействия на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры</p> <p>Уметь: обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры</p>

	<p>ОПК-2.3 Владеть навыками обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры</p>	<p>Владеть: навыками обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры</p>
ОПК-9	<p>ОПК-9.1 Знать компенсаторные возможности, оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p>ОПК-9.2 Уметь развивать компенсаторные возможности, оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p>ОПК-9.3 Владеть навыками развития компенсаторных возможностей, оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p>	<p>Знать: компенсаторные возможности, оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p>Уметь: развивать компенсаторные возможности, оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p>Владеть: навыками развития компенсаторных возможностей, оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p>
ОПК-10	<p>ОПК-10.1 Знать комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования</p>	<p>Знать: комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний,</p>

	<p>заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний)</p> <p>ОПК-10.2 Уметь 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)</p> <p>ОПК-10.3 Владеть навыками 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)</p>	<p>обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний)</p> <p>Уметь: 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)</p> <p>Владеть: навыками 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)</p>
ОПК-13	<p>ОПК-13.1 Знать 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</p> <p>ОПК-13.2 Уметь планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической</p>	<p>Знать: 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</p> <p>Уметь: планировать содержание занятий с учетом положений</p>

	<p>характеристикинагрузки,анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся</p> <p>ОПК-13.3 Владеть навыками 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</p>	<p>теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся</p> <p>Владеть: навыками планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристикинагрузки,анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся</p>
ПК-1	<p>ПК-1.1 Знать педагогическую деятельность по проектированию и реализации основных общеобразовательных программ, по проектированию и реализации образовательного процесса лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p>ПК-1.2 Уметь осуществлять педагогическую деятельность по проектированию и реализации основных общеобразовательных программ, по проектированию и реализации образовательного процесса лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p>ПК-1.3 Владеть навыками осуществлять педагогическую деятельность по проектированию и реализации основных общеобразовательных программ, по проектированию и реализации образовательного процесса лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p>	<p>Знать: педагогическую деятельность по проектированию и реализации основных общеобразовательных программ, по проектированию и реализации образовательного процесса лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p>Уметь: осуществлять педагогическую деятельность по проектированию и реализации основных общеобразовательных программ, по проектированию и реализации образовательного процесса лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p>Владеть: навыками осуществлять педагогическую деятельность по проектированию и реализации основных общеобразовательных программ, по проектированию и реализации образовательного процесса лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p>

ПК-2	ПК-2.1 Знать и понимать тренировочный и соревновательный процесс, реализовывать программы адаптивной физической культуры и спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп	Знать: тренировочный и соревновательный процесс, реализовывать программы адаптивной физической культуры и спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп
	ПК-2.2 Уметь планировать и осуществлять тренировочный и соревновательный процесс, реализовывать программы адаптивной физической культуры и спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп	Уметь: планировать и осуществлять тренировочный и соревновательный процесс, реализовывать программы адаптивной физической культуры и спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп
	ПК-2.3 Владеть навыками планировать и осуществлять тренировочный и соревновательный процесс, реализовывать программы адаптивной физической культуры и спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп	Владеть: навыками планировать и осуществлять тренировочный и соревновательный процесс, реализовывать программы адаптивной физической культуры и спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп

### 3. Содержание дисциплины

#### 3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

##### 3.1 Структура дисциплины для очной формы обучения

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Темы раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			С Р С
					Л К	П З (С З)	Л Р	
1	1.1	Теоретико-	Возникновение и	38	12	8	0	18



		методические основы технологий физкультурно-спортивной деятельности	<p>развитие дисциплины. Место курса, цель курса, задачи. ТФСД в профессиональной Введение в дисциплину. Характеристика базовых (традиционных) физкультурно-спортивных видов: «Гимнастика», «Спортивные игры», «Легкая атлетика», «Лыжный спорт», «Плавание», «Подвижные игры», «Туризм»..</p> <p>Характеристика базовых (традиционных) физкультурно-спортивных видов: «Гимнастика», «Спортивные игры», «Легкая атлетика», «Лыжный спорт», «Плавание», «Подвижные игры», «Туризм». .</p> <p>Характеристика новых физкультурно-спортивных видов: «Атлетическая гимнастика», «Аэробика», «Армспорт», «Шейпинг», «Восточные единоборства», «Спортивные танцы», «Бодибилдинг», «Калланетика», «Пауэрлифтинг», «Стретчинг», «Йога», «Гидроаэробика». подготов ке специалиста АФК</p>						
2	2.1	Коррекционно-развивающие игры в адаптивной физической культуре	<p>Понятия и классификация профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности. Професси</p>	34	10	8	0	16	

			<p>онально-ориентированные базы спортивной и учебнотренировочной деятельности с использованием спецоборудования и инвентаря. Профессионально-ориентированные базы спортивной и учебно-тренировочной деятельности, моделирующие ограничения движений. Профессионально-ориентированные базы спортивной и учебно-тренировочной деятельности, проводимые совместно со спортсменами-инвалидами Психолого-педагогические и биологические аспекты игры. Коррекционно-развивающие подвижные игры как средство адаптивной физической культуры. Подготовка, организация и руководство игрой. Игра для психологического контакта между занимающимися. Особенности применения подвижных игр для детей с различными заболеваниями</p>						
3	3.1	Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности	<p>Плавание лиц, имеющих ограниченные возможности. Паралимпийское плавание. Сурдлимпийское плавание, специальное плавание. Урок по</p>	54	12	16	0	26	

			<p>гидрореабилитации.</p> <p>Организация, планирование и учет учебно-спортивной работы. Организация соревнований и водных праздников Гимнастика для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Методика построения комплекса низкоударной аэробики для лиц, с отклонениями в состоянии здоровья.</p> <p>Фитбол-аэробика в адаптивной физической культуре. Степ-аэробика в адаптивной физической культуре. Танцевальная аэробика в адаптивной физической культуре. Шейпинг как научная комплексная система физической культуры. Стретчинг, калланетика в адаптивной физической культуре. Система физических упражнений Джозефа Пилатеса. Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями</p>					
4	4.1	Технологии оздоровления различных систем организма человека	<p>Гидрореабилитация как педагогический процесс. Гидрореабилитация лиц после травм и ампутаций, при ДЦП, аутизме, болезни Дауна, олигофрении, эпилепсии, гемипарезе, микроцефалии, гидроцефалии, диабете, сколиозе, ожирении, алкогольной зависимости и</p>	54	12	14	0	28

			наркомании. Преимущества водных занятий во время беременности. Гидрореабилитация детей-инвалидов: новорожденных и грудного возраста. Нетрадиционные технологии и системы оздоровления и методы реабилитации и самореабилитации при различных заболеваниях. Технологии оздоровления различных систем организма человека. ;					
Итого				180	46	46	0	88

### 3.2. Содержание разделов дисциплины

#### 3.2.1. Лекционные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Теоретико-методические основы технологий физкультурно-спортивной деятельности	Возникновение и развитие дисциплины. Место курса, цель курса, задачи. ТФСД в профессиональной Введение в дисциплину. Характеристика базовых (традиционных) физкультурно-спортивных видов: «Гимнастика», «Спортивные игры», «Легкая атлетика», «Лыжный спорт», «Плавание», «Подвижные игры», «Туризм».. Характеристика базовых (традиционных) физкультурно-спортивных видов: «Гимнастика», «Спортивные игры», «Легкая атлетика», «Лыжный спорт», «Плавание», «Подвижные игры», «Туризм»..	6
	1.1	Теоретико-методические	Характеристика новых физкультурно-спортивных видов: «Атлетическая	6

		основы технологий физкультурно-спортивной деятельности	гимнастика», «Аэробика», «Армспорт», «Шейпинг», «Восточные единоборства», «Спортивные танцы», «Бодибилдинг», «Калланетика», «Пауэрлифтинг», «Стретчинг», «Йога», «Гидроаэробика».подготовке специалиста АФК	
2	2.1	Коррекционно-развивающие игры в адаптивной физической культуре	Понятия и классификация профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности. Профессионально-ориентированные базы спортивной и учебнотренировочной деятельности с использованием спецоборудования и инвентаря. Профессионально-ориентированные базы спортивной и учебно-тренировочной деятельности, моделирующие ограничения движений. Профессионально-ориентированные базы спортивной и учебно-тренировочной деятельности, проводимые совместно со спортсменами-инвалидами занимающимися. Особенности применения подвижных игр для детей с различными заболеваниями	6
	2.1	Коррекционно-развивающие игры в адаптивной физической культуре	Психолого-педагогические и биологические аспекты игры. Коррекционно-развивающие подвижные игры как средство адаптивной физической культуры. Подготовка, организация и руководство игрой. Игра для психологического контакта между	4
3	3.1	Плавание лиц, имеющих ограниченные возможности. Гимнастика для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Степ-аэробика	Плавание лиц, имеющих ограниченные возможности. Паралимпийское плавание. Сурдлимпийское плавание, специальное плавание. Урок по гидрореабилитации. Организация, планирование и учет учебно-спортивной работы. Организация соревнований и водных праздников Гимнастика для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.	6

		<p>в адаптивной физической культуре.</p> <p>Танцевальная аэробика в адаптивной физической культуре.</p> <p>Шейпинг как научная комплексная система физической культуры.</p> <p>Стретчинг, калланетика в адаптивной физической культуре.</p> <p>Система физических упражнений Джозефа Пилатеса.</p>	<p>Методика построения комплекса низкоударной аэробики для лиц, с отклонениями в состоянии здоровья.</p> <p>Фитбол-аэробика в адаптивной физической культуре. Степ-аэробика в адаптивной физической культуре. Танцевальная аэробика в адаптивной физической культуре. Шейпинг как научная комплексная система физической культуры. Стретчинг, калланетика в адаптивной физической культуре. Система физических упражнений Джозефа Пилатеса. Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями</p>	
	3.1	<p>Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями</p>	<p>Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями. Виды туризма в РФ (спортивный, оздоровительный, экскурсионный). Социальный туризм в обществе глухих и слепых. Роль природных факторов в восстановлении нарушенных процессов в организме человека.</p> <p>Методика организации туристических походов с лицами, имеющими поражение опорнодвигательного аппарата.</p> <p>Особенности организации реабилитационного туризма.</p> <p>Противопоказания для участия в туристических мероприятиях.</p> <p>Спортивные походы при заболеваниях органов слуха и речи; органов зрения; нервной системы; психики. Техника безопасности в туризме</p>	6
4	4.1	<p>Гидрореабилитация как</p>	<p>Гидрореабилитация как педагогический процесс.</p>	4

	<p>педагогический процесс. Гидрореабилитация лиц после травм и ампутаций, при ДЦП, аутизме, болезни Дауна, олигофрении, эпилепсии, гемипарезе, микроцефалии, гидроцефалии, диабете, сколиозе, ожирении, алкогольной зависимости и наркомании. Преимущества водных занятий во время беременности. Гидрореабилитация детей-инвалидов: новорожденных и грудного возраста. Нетрадиционные технологии и системы оздоровления и методы реабилитации и самореабилитации при различных заболеваниях. Технологии оздоровления различных систем организма человека. ;</p>	<p>Гидрореабилитация лиц после травм и ампутаций, при ДЦП, аутизме, болезни Дауна, олигофрении, эпилепсии, гемипарезе, микроцефалии, гидроцефалии, диабете, сколиозе, ожирении, алкогольной зависимости и наркомании. Преимущества водных занятий во время беременности. Гидрореабилитация детей-инвалидов: новорожденных и грудного возраста.</p>	
--	---	--	--

	4.1	Нетрадиционные технологии и системы оздоровления и методы реабилитации и самореабилитации при различных заболеваниях.	Нетрадиционные технологии и системы оздоровления и методы реабилитации и самореабилитации при различных заболеваниях. Технологии оздоровления различных систем организма человека. Применение оздоровительной системы цигун в АФК; дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой; метод формокоррекционной ритмопластики в АФК; программа «Отражение»; коррекция нарушений функций зрительного анализатора по методу У. Бейтса; психосоматическая регуляция по методу М. Норбекова;	4
	4.1	Методы оздоровления, основанные на взаимодействии человека с животными;	Методы оздоровления, основанные на взаимодействии человека с животными; психогимнастика в АФК; йога как система лечения и оздоровления организма человека; Суджок терапия в АФК; антистрессовая пластическая гимнастика в АФК; применение танцев в АФК (танцевальная терапия); методы реабилитации и самореабилитации при различных поражениях нервной системы человека.	4

### 3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Теоретико-методические основы технологий физкультурно-спортивной деятельности	Возникновение и развитие дисциплины. Место курса, цель курса, задачи. ТФСД в профессиональной Введение в дисциплину. Характеристика базовых (традиционных) физкультурно-спортивных видов: «Гимнастика», «Спортивные игры», «Легкая атлетика», «Лыжный спорт», «Плавание», «Подвижные игры», «Туризм».. Характеристика базовых (традиционных) физкультурно-спортивных видов: «Гимнастика», «Спортивные игры», «Легкая атлетика», «Лыжный спорт»,	4



			«Плавание», «Подвижные игры», «Туризм». .	
	1.1	Теоретико-методические основы технологий физкультурно-спортивной деятельности	Характеристика новых физкультурно-спортивных видов: «Атлетическая гимнастика», «Аэробика», «Армспорт», «Шейпинг», «Восточные единоборства», «Спортивные танцы», «Бодибилдинг», «Калланетика», «Пауэрлифтинг», «Стретчинг», «Йога», «Гидроаэробика».подготовке специалиста АФК	4
2	2.1	Коррекционно-развивающие игры в адаптивной физической культуре	Социальная сущность и значение игры для лиц с ограниченными возможностями. Основные концепции игры. Подбор и моделирование игр в адаптивной физической культуре. Подвижные и спортивные игры для детей с нарушением в развитии. Песочная и игровая терапия (обучающие, познавательные и проективные игры на песке). Подвижные игры с элементами спортивных игр с лицами, включенными по состоянию здоровья в специальную медицинскую группу (СМГ). Танцевальная терапия Методика организации и проведения игры в дартс. Организация и методика проведения игры в радиальный баскетбол «Питербаскет». Методика организации и проведения игры в городки. Методика организации и проведения игры в бильярд	8
3	3.1	Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности, моделирующие ограничения движений	Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности, моделирующие ограничения движений Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности, проводимые совместно со спортсменами-инвалидами. Правила игры в голбол. Правила игры в торбол.	4

	3.1	Профессионально-ориентированные базы спортивной и учебно-тренировочной деятельности, проводимые совместно со спортсменами-инвалидами.	Профессионально-ориентированные базы спортивной и учебно-тренировочной деятельности, моделирующие ограничения движений. Профессионально-ориентированные базы спортивной и учебно-тренировочной деятельности, проводимые совместно со спортсменами-инвалидами.	4
	3.1	Плавание лиц, имеющих ограниченные возможности. Гимнастика для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Степ-аэробика в адаптивной физической культуре. Танцевальная аэробика в адаптивной физической культуре. Шейпинг как научная комплексная система физической культуры. Стретчинг, калланетика в адаптивной физической культуре. Система физических упражнений Джозефа Пилатеса.	Плавание лиц, имеющих ограниченные возможности. Паралимпийское плавание. Сурдлимпийское плавание, специальное плавание. Урок по гидрореабилитации. Организация, планирование и учет учебно-спортивной работы. Организация соревнований и водных праздников Гимнастика для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Методика построения комплекса низкоударной аэробики для лиц, с отклонениями в состоянии здоровья. Фитбол-аэробика в адаптивной физической культуре. Степ-аэробика в адаптивной физической культуре. Танцевальная аэробика в адаптивной физической культуре. Шейпинг как научная комплексная система физической культуры. Стретчинг, калланетика в адаптивной физической культуре. Система физических упражнений Джозефа Пилатеса.	4
	3.1	Туризм как метод	Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными	4

		<p>реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями</p>	<p>возможностями. Виды туризма в РФ (спортивный, оздоровительный, экскурсионный). Социальный туризм в обществе глухих и слепых. Роль природных факторов в восстановлении нарушенных процессов в организме человека. Методика организации туристических походов с лицами, имеющими поражение опорно-двигательного аппарата. Особенности организации реабилитационного туризма. Противопоказания для участия в туристических мероприятиях. Спортивные походы при заболеваниях органов слуха и речи; органов зрения; нервной системы; психики. Техника безопасности в туризме</p>	
4	4.1	<p>Гидрореабилитация как педагогический процесс. Гидрореабилитация лиц после травм и ампутаций, при ДЦП, аутизме, болезни Дауна, олигофрении, эпилепсии, гемипарезе, микроцефалии, гидроцефалии, диабете, сколиозе, ожирении, алкогольной зависимости и наркомании. Преимущества водных занятий во время беременности.</p>	<p>Гидрореабилитация как педагогический процесс. Гидрореабилитация лиц после травм и ампутаций, при ДЦП, аутизме, болезни Дауна, олигофрении, эпилепсии, гемипарезе, микроцефалии, гидроцефалии, диабете, сколиозе, ожирении, алкогольной зависимости и наркомании. Преимущества водных занятий во время беременности. Гидрореабилитация детей-инвалидов: новорожденных и грудного возраста.</p>	6

		Гидрореабилитация детей-инвалидов: новорожденных и грудного возраста.		
	4.1	Методы оздоровления, основанные на взаимодействии человека с животными	методы оздоровления, основанные на взаимодействии человека с животными; психогимнастика в АФК; йога как система лечения и оздоровления организма человека; Суджок терапия в АФК; антистрессовая пластическая гимнастика в АФК; применение танцев в АФК (танцевальная терапия); методы реабилитации и самореабилитации при различных поражениях нервной системы человека.	4
	4.1	Нетрадиционные технологии и системы оздоровления и методы реабилитации и самореабилитации при различных заболеваниях.	Нетрадиционные технологии и системы оздоровления и методы реабилитации и самореабилитации при различных заболеваниях. Технологии оздоровления различных систем организма человека. Применение оздоровительной системы цигун в АФК; дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой; метод формокоррекционной ритмопластики в АФК; программа «Отражение»; коррекция нарушений функций зрительно-го анализатора по методу У. Бейтса; психосоматическая регуляция по методу М. Норбекова;	4

### 3.2.3. Лабораторные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)

### 3.3. Содержание материалов, выносимых на самостоятельное изучение

Модуль	Номер раздела	Содержание материалов, выносимого на самостоятельное	Виды самостоятельной деятельности	Трудоемкость (в часах)

		изучение		
1	1.1	<p>Классификация физических упражнений и технологий в АФК. Программа «Спешал Олимпик». Фестиваль «Спешал Арт». Программа «СпартАрт». «КладСпорт» в АФК. Методика построения комплекса низкоударной аэробики для лиц, с отклонениями в состоянии здоровья. Фитбол-аэробика в адаптивной физической культуре. Степ-аэробика в адаптивной физической культуре. Танцевальная аэробика в адаптивной физической культуре. Шейпинг как научная система физической культуры. Организация, планирование и учет учебно-спортивной работы. Организация соревнований и водных праздников.</p>	<p>Составление списка литературы и образовательных интернет ресурсов по теме; работа с электронными образовательными ресурсами, подготовка реферата с презентацией, решение тестовых заданий и ситуационных задач</p>	18
2	2.1	<p>«Физкультурно-оздоровительная работа в специализированных дошкольных образовательных учреждениях»; подвижные игры для слепых и слабовидящих детей»; глухих и слабослышащих детей; детей с нарушением опорно-двигательного аппарата; детей с ЗПР и УО».</p>	<p>Составление списка литературы и образовательных интернет ресурсов по теме; работа с электронными образовательными ресурсами, подготовка реферата с презентацией, решение тестовых заданий и ситуационных задач. Контроль (ТК-2) по вопросам раздела</p>	16
3	3.1	<p>Подбор и моделирование игр в адаптивной физической культуре (Обучение двигательным</p>	<p>Составление списка литературы и образовательных интернет ресурсов по теме; работа с</p>	8

		действиям и особенности методики.) «Система соревновательной деятельности в адаптивной физической культуре. Судейство соревнований. Организация массовых физкультурных мероприятий»	электронными образовательными ресурсами, подготовка реферата с презентацией, решение тестовых заданий и ситуационных задач	
	3.1	Профессионально-ориентированные базы спортивной и учебно-тренировочной деятельности, моделирующие ограничения движений. Профессионально-ориентированные базы спортивной и учебно-тренировочной деятельности, проводимые совместно со спортсменами-инвалидами.	Составление списка литературы и образовательных интернет ресурсов по теме; работа с электронными образовательными ресурсами, подготовка реферата с презентацией, решение тестовых заданий и ситуационных задач	8
	3.1	Плавание лиц, имеющих ограниченные возможности. Паралимпийское плавание. Сурдлимпийское плавание, специальное плавание. Урок по гидрореабилитации. Организация, планирование и учет учебно-спортивной работы. Организация соревнований и водных праздников Гимнастика для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Методика построения комплекса низкоударной аэробики для лиц, с отклонениями в состоянии здоровья. Фитбол-аэробика в	Составление списка литературы и образовательных интернет ресурсов по теме; работа с электронными образовательными ресурсами, подготовка реферата с презентацией, решение тестовых заданий и ситуационных задач	10

		<p>адаптивной физической культуре. Степ-аэробика в адаптивной физической культуре. Танцевальная аэробика в адаптивной физической культуре. Шейпинг как научная комплексная система физической культуры. Стретчинг, калланетика в адаптивной физической культуре. Система физических упражнений Джозефа Пилатеса.</p>		
4	4.1	<p>Составить опорные конспекты и подготовить выступления на темы: «Дыхательная гимнастика.»; «Развитие координационных способностей и мелкой моторики» (для часто болеющих детей)», «Игровая терапия. Музыкаотерапия. Рекреативная программа занятий при соматических заболеваниях», «Коррекция патологических установок. «Укладки». Показания к использованию отягощений в процессе проведения занятий АФВ при ПОДА». «Значение внеурочных форм занятий по АФВ для учащихся с заболеваниями желудочно-кишечного тракта, эндокринной и выделительной систем»; «Организация контроля и оценки на занятиях АФВ студентов специального медицинского</p>	<p>Составление списка литературы и образовательных интернет ресурсов по теме; работа с электронными образовательными ресурсами, подготовка реферата с презентацией, решение тестовых заданий и ситуационных задач</p>	14

		отделения».		
	4.1	<p>Гидрореабилитация как педагогический процесс. Гидрореабилитация лиц после травм и ампутаций, при ДЦП, аутизме, болезни Дауна, олигофрении, эпилепсии, гемипарезе, микроцефалии, гидроцефалии, диабете, сколиозе, ожирении, алкогольной зависимости и наркомании.</p> <p>Преимущества водных занятий во время беременности.</p> <p>Гидрореабилитация детей-инвалидов: новорожденных и грудного возраста.</p> <p>Нетрадиционные технологии и системы оздоровления и методы реабилитации и самореабилитации при различных заболеваниях.</p> <p>Технологии оздоровления различных систем организма человека. Применение оздоровительной системы цигун в АФК; дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой; метод формокоррекционной ритмопластики в АФК; программа «Отражение»; коррекция нарушений функций зрительно-го</p>	<p>Составление списка литературы и образовательных интернет ресурсов по теме; работа с электронными образовательными ресурсами, подготовка реферата с презентацией, решение тестовых заданий и ситуационных задач</p>	14

#### **4. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлен в приложении.



## 5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 5.1. Основная литература

#### 5.1.1. Печатные издания

1. Теория и методика физического воспитания : учеб. / под ред. Б.А. Ашмарина. - Москва : Просвещение, 1990. - 287 с. : ил. - ISBN 5-09-001807-3 : 0-95.

2. Евсеев, С.П. Адаптивная физическая культура : учеб. пособие для высш. учеб. заведений / С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. - Москва : Совет. спорт, 2000. - 240 с. : ил. - ISBN 5-85009-607-8 : 90-00.

#### 5.1.2. Издания из ЭБС

1. Бегидова, Тамара Павловна. Основы адаптивной физической культуры : Учебное пособие / Бегидова Тамара Павловна; Бегидова Т.П. - 2-е изд. - Computer data. - М. : Издательство Юрайт, 2017. - 188. - (Университеты России). - ISBN 978-5-534-04932-9 : 1000.00. Ссылка на ресурс: <https://www.biblio-online.ru/book/2B7A64A5-0F1A-4365-8987-4E59F8984293>

2. Проектирование педагогических технологий в физическом воспитании школьников и детско-юношеском спорте : Рекомендовано в качестве учебного пособия для специальностей 032102 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура); 050720 Физическая культура / З. С. Варфоломеева [и др.]; Варфоломеева З.С.; Воробьев В.Ф.; Максимихина Е.В.; Шивринская С.Е. - Moscow : Флинта, 2017. - . - Проектирование педагогических технологий в физическом воспитании школьников и детско-юношеском спорте [Электронный ресурс] / Варфоломеева З.С. - М. : ФЛИНТА, 2017 Ссылка на ресурс: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976515277.html>

3. Никитушкин, Виктор Григорьевич. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : Учебное пособие / Никитушкин Виктор Григорьевич; Никитушкин В.Г., Чесноков Н.Н., Чернышева Е.Н. - 2-е изд. - Computer data. - М. : Издательство Юрайт, 2017. - 274. - (Университеты России). - ISBN 978-5-534-04401-0 Ссылка на ресурс: <https://www.biblio-online.ru/book/621988AF9F29-4F87-A79B-E0B2460E33F>

4. Рипа, Михаил Дмитриевич. Методы лечебной и адаптивной физической культуры : Учебное пособие / Рипа Михаил Дмитриевич; Рипа М.Д., Кулькова И.В. - 2-е изд. - М. : Издательство Юрайт, 2017. - 170. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-04614-4 : Ссылка на ресурс: <https://www.biblio-online.ru/book/6ACF9283-89F0-4C2E-9EDF-065251F67E48>

5. Балашова, Валентина Федоровна. Теория и организация адаптивной физической культуры : учеб. пособие : учеб. пособие для специальности 032102 - "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)" / Балашова Валентина Федоровна; В. Ф. Балашова. - Москва : Физическая культура, 2008. - 190, [1] с. : табл. - Рекомендовано учебно-методическим объединением по образованию в области физической культуры и спорта для специальности 032102 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». - Библиогр.: с. 177-178. - ISBN 5- 9746-0057-6 : Ссылка на ресурс: [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_cid=25&pl1\\_id=9167](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_cid=25&pl1_id=9167)

## 5.2. Дополнительная литература

### 5.2.1. Печатные издания

1. Евсева, Ольга Эдуардовна. Адаптивная физическая культура в геронтологии : учеб. пособие / Евсева Ольга Эдуардовна, Ладыгина Елена Борисовна, Антонова Анна Владимировна. - Москва : Советский спорт, 2010. - 164 с. : ил. - ISBN 978-5-9718-0461- с
2. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры : учеб. пособие для высш. учеб. заведений / С. П. Евсеев, С. Ф. Курдыбайло, В. Г. Суляев; под ред. С.П. Евсева. - Москва : Совет. спорт, 2000. - 148

### 5.2.2. Издания из ЭБС

1. Рипа, Михаил Дмитриевич. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : Учебное пособие / Рипа Михаил Дмитриевич; Рипа М.Д., Кулькова И.В. - 2-е изд. - Computer data. - М. : Издательство Юрайт, 2017. - 170. - (<https://www.biblio-online.ru/book/008AC822-B6A1-4642-92E8-AFFFECEBE81577>).
2. Менхин, А. В. Рекреативно-оздоровительная гимнастика учеб. пособие / А. В. Менхин; Менхин А.В. - Москва : Физическая культура, 2007. - "Рекомендовано Учебно-методическим объединением по образованию в области физической культуры и спорта в качестве учебного пособия для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальностям 032101 – Физическая культура и спорт и 032102 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура). Допущено Федеральным агентством по физической культуре и спорту в качестве учебного пособия для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности 032101 – Физическая культура и спорт и 032102 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)". - ISBN 978-5-9746-0089-0. Ссылка на ресурс: [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_cid=25&pl1\\_id=9142](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_cid=25&pl1_id=9142)
3. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре. - Moscow : Флинта, 2017. - . - Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] / Варфоломеева З.С. - М. : ФЛИНТА, 2017. - ISBN 978-5-9765-1528-
4. Ссылка на ресурс: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN97859765152>

## 5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Название	Ссылка
ЭБС IPRbooks; Договор № 1201/16/223-492а от 29.08.2014г.	<a href="https://iprbooks.ru/">https://iprbooks.ru/</a>
ЭБС IPRbooks; Договор № 1196/15/223П/15-104 от 11.08.2015г.	<a href="https://iprbooks.ru/">https://iprbooks.ru/</a>
ЭБС «Университетская библиотека онлайн»; Договор № 204-11/15/223/16-7 от 04.02.2016г.	<a href="https://biblioclub.ru/">https://biblioclub.ru/</a>
ЭБС «Лань»; Договор № 223/17-28 от 31.03.2017г.	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>

ЭБС «Юрайт»; Договор № 223/17-27 от 31.03.2017г	<a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a>
ЭБС «Консультант студента»; Договор № 223/17-12 от 28.02.2017г.	<a href="https://www.studentlibrary.ru/">https://www.studentlibrary.ru/</a>
ЭБС «Троицкий мост»; Договор № 223 П/17-121 от 02.05.2017г.	<a href="http://www.trmost.com/">http://www.trmost.com/</a>

## **6. Перечень программного обеспечения**

Программное обеспечение общего назначения: ОС Microsoft Windows, Microsoft Office, ABBYY FineReader, ESET NOD32 Smart Security Business Edition, Foxit Reader, АИБС "МегаПро".

Программное обеспечение специального назначения:

1) MOODLE

2) Mozilla Firefox

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

Наименование помещений для проведения учебных занятий и для самостоятельной работы обучающихся	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по факультету
Учебные аудитории для проведения практических занятий	
Учебные аудитории для промежуточной аттестации	
Учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по кафедре
Учебные аудитории для текущей аттестации	

## **8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины**

Лекционные занятия проводятся с использованием мультимедийных презентаций, содержащих слайды теоретического характера (основные понятия и определения, положения, нормативные документы и т.д.) и практического характера (иллюстрированный материал, видеоролики, видеофильмы и другое, соответствующие тематике лекций). Практические занятия планируются по принципу систематизации и углубления знаний учебного материала по разделам программы в форме обсуждения рефератов, дискуссий, докладов, подготовки отчетов, письменных практических работ,

содержащих анализ и синтез различного материала. При самостоятельном рассмотрении теоретических вопросов студентам следует обращаться к содержанию лекционного материала, изучать рекомендованную основную литературу, положения, федеральные законы, нормативно-правовые документы и т.д. Для более углубленного изучения дисциплины студентам рекомендуются изучать представленную дополнительную литературу, просматривать материалы периодических изданий, интернет-сайты, научно-популярные фильмы и т.д.

Разработчик/группа разработчиков:  
Елена Вадимовна Альфонсова

**Типовая программа утверждена**

Согласована с выпускающей кафедрой  
Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.