

Компонент ОПОП 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль)  
Тренер-преподаватель  
наименование ОПОП

Б1.В.08  
шифр дисциплины

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Дисциплины  
(модуля)

Адаптивная физическая культура и спорт

---

Разработчик (и):  
Ерохова Наталья Валерьевна  
ФИО

Декан факультета ФКиС  
должность

кандидат педагогических наук, доцент  
ученая степень, звание

Утверждено на заседании кафедры  
здоровьесбережения и адаптивной  
физической культуры  
наименование кафедры

протокол № 9 от 29.03.2024 г.

И.о. заведующего кафедрой ЗиАФК

\_\_\_\_\_ А.С. Шемереко  
подпись

Мурманск  
2024

## Пояснительная записка

Объем дисциплины 4 з.е.

### 1. Результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с индикаторами достижения компетенций, установленными образовательной программой

Компетенции	Индикаторы достижения компетенций	Результаты обучения по дисциплине (модулю)
<p>ПК-2. Способен осуществлять организационно-методическое и консультационное обеспечение по дополнительным общеобразовательным программам</p>	<p>ИД-1ПК-2 Знает основы планирования дополнительных общеобразовательных программ. ИД-2ПК-2 Умеет организовывать деятельность обучающихся, направленную на освоение дополнительных общеобразовательных программ. ИД-3ПК-2 Владеет навыками организационно-методического и консультационного обеспечения по дополнительным общеобразовательным программам.</p>	<p>Знать: - методику оздоровительных, физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения; - методы и организацию комплексного физиологического и психолого-педагогического контроля состояния организма на занятиях адаптивной физической культурой и спортом; - анатомо-физиологические особенности реакции организма при проведении занятий адаптивной физической культурой Уметь: - формулировать конкретные задачи занятий адаптивной физической культурой с различными группами населения; - планировать и проводить занятия по адаптивной физической культуре и спорту; - подобрать по медицинским показаниям комплекс мероприятий для организации и проведения занятий по адаптивной физической культуре и спорту. Владеть: - методикой обучения в области адаптивной физической культуры и спорта; - методикой проведения физкультурно-оздоровительных занятий и развлечений (праздников, соревнований) с использованием различных средств адаптивной физической культуры и спорта</p>
<p>ПК-3. Способен планировать и координировать проведение мероприятий исходя из цели и задач организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта с учетом возрастного состава группы</p>	<p>ИД-1ПК-3 Знает методику проведения мероприятий с учетом возрастного состава группы. ИД-2ПК-3 Умеет планировать мероприятия исходя из цели и задач организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта с учетом возрастного состава группы ИД-2ПК-3 Владеет навыками проведения физкультурно-спортивных</p>	<p>Знать: - методику оздоровительных, физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения; - методы и организацию комплексного физиологического и психолого-педагогического контроля состояния организма на занятиях адаптивной физической культурой и спортом; - анатомо-физиологические особенности реакции организма при проведении занятий адаптивной физической культурой</p>

	мероприятий.	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формулировать конкретные задачи занятий адаптивной физической культурой с различными группами населения;</li> <li>- планировать и проводить занятия по адаптивной физической культуре и спорту;</li> <li>- подобрать по медицинским показаниям комплекс мероприятий для организации и проведения занятий по адаптивной физической культуре и спорту.</li> </ul> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой обучения в области адаптивной физической культуры и спорта;</li> <li>- методикой проведения физкультурно-оздоровительных занятий и развлечений (праздников, соревнований) с использованием различных средств адаптивной физической культуры и спорта</li> </ul>
--	--------------	---

## 2. Содержание дисциплины (модуля)

### **Раздел 1. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры.**

Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной физической культуры. Теория и организация адаптивной физической культуры. Основные виды адаптивной физической культуры. Функции и принципы адаптивной физической культуры.

### **Раздел 2. Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры.**

Основные педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры. Методы и формы организации адаптивной физической культуры. Планирование. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре. Врачебно-педагогический контроль в адаптивной физической культуре. Методика адаптивной физической культуры с детьми с нарушениями в развитии.

## 3. Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины (модуля)

- мультимедийные презентационные материалы по дисциплине (модулю) представлены в электронном курсе в ЭИОС МАУ;
- методические указания к выполнению практических представленные в электронном курсе в ЭИОС МАУ;
- методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины (модуля) представлены на официальном сайте МАУ в разделе «Информация по образовательным программам, в том числе адаптированным».

## 4. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)

Является отдельным компонентом образовательной программы, разработан в форме отдельного документа, включает в себя:

- перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины (модуля);
- задания текущего контроля;
- задания промежуточной аттестации;
- задания внутренней оценки качества образования.

**5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы** (печатные издания, электронные учебные издания и (или) ресурсы электронно-библиотечных систем)

#### **Основная литература**

1. Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание : учеб. пособие для академического бакалавриата / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова ; под ред. Н. Ж. Булгаковой. — 3-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 401 с. <https://biblio-online.ru/book/adaptivnaya-i-lechebnaya-fizicheskaya-kultura-plavanie-442094>

2. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учеб. пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 191 с. <https://biblio-online.ru/book/osnovy-adaptivnoy-fizicheskoy-kultury-438915>

3. Рипа, М. Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учеб. пособие для академического бакалавриата / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 158 с. <https://biblio-online.ru/book/lechebno-ozdorovitelnye-tehnologii-v-adaptivnom-fizicheskom-vospitanii-438765>

#### **Дополнительная литература**

4. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 246 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/ozdorovitelnye-tehnologii-v-sisteme-fizicheskogo-vospitaniya-438400](http://www.biblio-online.ru/book/ozdorovitelnye-tehnologii-v-sisteme-fizicheskogo-vospitaniya-438400)

#### **6. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

1) *Государственная система правовой информации - официальный интернет-портал правовой информации*- URL: <http://pravo.gov.ru>

2) *Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»* - URL: <http://window.edu.ru>

3) *Справочно-правовая система. Консультант Плюс* - URL: <http://www.consultant.ru/>

4) <http://www.mil.ru> – Министерство обороны Российской Федерации.

5) <http://elibrary.ru> – крупнейшая российская электронная библиотека.

#### **7. Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства**

1) *Офисный пакет Microsoft Office 2007*

2) *Система оптического распознавания текста ABBYY FineReader*

#### **8. Обеспечение освоения дисциплины лиц с инвалидностью и ОВЗ**

Обучающиеся из числа инвалидов и лиц с ОВЗ обеспечиваются печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

**9. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)** представлено в приложении к ОПОП «Материально-технические условия реализации образовательной



## Перечень практических занятий по формам обучения

<b>№ п/п</b>	<b>Темы практических занятий</b>
<b>1</b>	<b>2</b>
	<b>Очная форма</b>
1	<b>Тема 1.</b> Основные понятия и термины адаптивной физической культуры
2	<b>Тема 2.</b> Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры
	<b>Заочная форма</b>
1	<b>Тема 1.</b> Основные понятия и термины адаптивной физической культуры
2	<b>Тема 2.</b> Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры