

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Мурманский арктический государственный университет»
(ФГБОУ ВО «МАГУ»)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**Б1.В.ДВ.02.02 Оздоровительные технологии в физической
реабилитации**

(название дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом)

**основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки**

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

**Направленность (профиль) Тренер-преподаватель по адаптивной физической
культуре**

(код и наименование направления подготовки
с указанием направленности (наименования магистерской программы))

высшее образование – бакалавриат

уровень профессионального образования: высшее образование – бакалавриат / высшее образование –
специалитет, магистратура / высшее образование – подготовка кадров высшей квалификации

бакалавр

квалификация

заочная

форма обучения

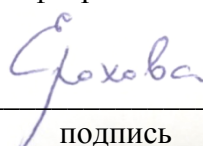
2022

год набора

Составитель(и): (указывается ФИО,
ученое звание, степень, должность)
Троценко А.А., канд. биол. наук, доцент,
зав. кафедрой физической культуры,
спорта и безопасности
жизнедеятельности

Утверждена на заседании кафедры
физической культуры, спорта и безопасности
жизнедеятельности факультета
физической культуры
и безопасности жизнедеятельности
(протокол № 7 от 23.03.2022)

Зав. кафедрой


подпись

Ерохова Н.В.
Ф.И.О.

1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) - формирование и освоение обучающимися знаний, методических и практических умений и навыков в области реабилитации в процессе физкультурно-спортивной деятельности и педагогической практики, для работы с различными группами населения.

2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

В результате освоения дисциплины (модуля) формируются следующие компетенции:

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

| Компетенция | Индикаторы компетенций | Результаты обучения |
|--|---|---|
| ПК-2 Способен осуществлять организационно-методическое и консультационное обеспечение по дополнительным адаптивным программам | ПК-2.1. Знает основы планирования дополнительных адаптивных программ. | Знать: - Знает основы планирования дополнительных адаптивных программ |
| | ПК-2.2. Умеет организовывать деятельность обучающихся, направленную на освоение дополнительных адаптивных программ. | Уметь: - организовывать деятельность обучающихся, направленную на освоение дополнительных адаптивных программ. |
| | ПК-2.3. Владеет навыками организационно-методического и консультационного обеспечения по дополнительным адаптивным программам | Владеть: - навыками организационно-методического и консультационного обеспечения по дополнительным адаптивным программам |
| ПК-3. Способен осуществлять систематический учет, анализ обобщение результатов работы, в том числе с использованием современных информационных и компьютерных технологий | ПК-3.1. Знает методики учета и анализа результатов работы в области физической культуры и спорта. | Знать: - методики учета и анализа результатов работы в области физической культуры и спорта. |
| | ПК-3.2. Умеет осуществлять учет и анализ результатов работы, в том числе с использованием современных информационных и компьютерных технологий. | Уметь: - осуществлять учет и анализ результатов работы, в том числе с использованием современных информационных и компьютерных технологий. |
| | ПК-3.3. Владеет навыками учета результатов работы, в том числе с использованием современных информационных и компьютерных технологий. | Владеть: - навыками учета результатов работы, в том числе с использованием современных информационных и компьютерных технологий. |

3. УКАЗАНИЕ МЕСТА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.

Дисциплина «Оздоровительные технологии в физической реабилитации» относится к части программы, формируемой участниками образовательных отношений.

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ИЛИ АСТРОНОМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С

ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ (ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ) И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы или 108ч.
(из расчета 1 ЗЕТ= 36 часов).

| Курс | Семестр | Трудоемкость в ЗЕТ | Общая трудоемкость (час.) | Контактная работа | | | Всего контактных часов | Из них в интерактивной форме | Кол-во часов на СРС | Курсовые работы | Кол-во часов на контроль | Форма контроля |
|--|----------|--------------------|---------------------------|-------------------|----------|-----------|------------------------|------------------------------|---------------------|-----------------|--------------------------|----------------|
| | | | | ЛК | ПР | ЛБ | | | | | | |
| 4 | 8 | 1 | 36 | 4 | 2 | - | 6 | 1 | 30 | - | - | |
| 5 | 9 | 2 | 72 | - | 4 | - | 4 | 1 | 64 | - | - | зачет |
| ИТОГО в соответствии с учебным планом | | | | | | | | | | | | |
| Итого: | 3 | 108 | 4 | 6 | - | 10 | 2 | 94 | - | - | зачет | |

Интерактивная форма реализуется в виде дискуссий.

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ИЛИ АСТРОНОМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ.

| № п/п | Наименование темы (раздела) | Контактная работа (час.) | | | Всего контактных часов | Из них в интерактивной форме | Кол-во часов на СРС |
|-------|--|--------------------------|----------|----------|------------------------|------------------------------|---------------------|
| | | ЛК | ПР | ЛБ | | | |
| 1. | Понятие о физической реабилитации | 2 | 2 | - | 4 | 2 | 30 |
| 2. | Общие основы лечебной физической культуры | - | 2 | - | 2 | - | 32 |
| 3. | Основные направления, виды и формы реабилитационной деятельности: оздоровительные, реабилитационные, лечебные. | 2 | 2 | - | 4 | - | 32 |
| | ИТОГО: | 4 | 6 | - | 10 | 2 | 94 |

Содержание дисциплины (модуля)

Тема 1. Понятие о физической реабилитации

Рекреология как наука, цель, задачи и методы. Рекреация, как социокультурный феномен современности. Физическая рекреация как форма двигательной активности. Реабилитация и реабилитология как научное направление, понятие и сущность. Понятие о физической реабилитации. Виды реабилитации. Особенности лечебно-оздоровительных мероприятий в реабилитационной деятельности.

Тема 2. Общие основы лечебной физической культуры

Сущность понятия «здоровый образ жизни». Принципы здорового образа жизни. Адекватная двигательная активность и ее роль в реакционной и реабилитационной деятельности. Оптимальный двигательный режим. Влияния оптимальной двигательной активности на организм занимающихся рекреационной и реабилитационной деятельностью. Физкультурно-оздоровительные технологии и фитнес в образовательных учреждениях. Методика физического воспитания в общеобразовательных учреждениях.

Тема 3. Основные направления, виды и формы реабилитационной деятельности: оздоровительные, реабилитационные, лечебные

Питание как средство оздоровления организма. Современное питание. Основы рационального сбалансированного питания. Роль питания при занятиях рекреационной деятельности. Психотропные вещества и профилактика биологической и психической зависимости. Табак и табакокурение. Бытовое пьянство и алкоголизм. Наркотические вещества. Роль профилактических мероприятий на распространение вредных привычек.

6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМОГО ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).

Основная литература:

1. Бенилова, С. Ю. Дошкольная дефектология: ранняя комплексная профилактика нарушений развития у детей (современные подходы) : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец. 050717 - Спец. дошк. педагогика и психология и по направл. 050700 "Спец. (дефектол.) образование" (профиль "Дошк. дефектология") / С. Ю. Бенилова, Л. Р. Давидович, Н. В. Микляева. - М. : Парадигма, 2014. - 312 с.

2. Креминская, М. М. Сборник программ по физической культуре для образовательных организаций, реализующих адаптивные образовательные программы для детей с ограниченными возможностями здоровья (для учащихся с легкой и умеренной умственной отсталостью) / М. М. Креминская. - СПб. : ВЛАДОС Северо-Запад, 2013. - 294 с.

3. Лечебная физическая культура : [учебник для студентов учреждений ВПО, обучающихся по направлениям подготовки "Физическая культура", "Адаптивная физическая культура"] / С. Н. Попов [и др.] ; под ред. С. Н. Попова. - 9-е изд., стер. - М. : Академия, 2013. - 412, [1] с. : ил.

Дополнительная литература:

4. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 191 с. Режим доступа: <https://biblio-online.ru/viewer/AF0130EB-52ED-4F62-9E77-B428ECF8AF59/osnovy-adaptivnoy-fizicheskoy-kultury#page/1>

5. Токарская, Л. В. Методика преподавания физической культуры детям и подросткам с умственной отсталостью : учебное пособие для вузов / Л. В. Токарская, Н. А. Дубровина, Н. Н. Бабийчук. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 190 с. Режим доступа: <https://biblio-online.ru/viewer/3E84A6A5-5BF1-4AF1-B7CE-A3AC53F59DD2/metodika-prepodavaniya-fizicheskoy-kultury-detyam-i-podrostkam-s-umstvennoy-otstalostyu#page/1>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

В образовательном процессе используются:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации

(учебная мебель, перечень технических средств обучения - ПК, оборудование для демонстрации презентаций, наглядные пособия);

- помещения для самостоятельной работы (оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета);

-помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.

7.1 ПЕРЕЧЕНЬ ЛИЦЕНЗИОННОГО ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ:

1. Microsoft Office
2. Coral Draw

7.2 ЭЛЕКТРОННО-БИБЛИОТЕЧНЫЕ СИСТЕМЫ:

ЭБС «Издательство Лань» [Электронный ресурс]: электронная библиотечная система / ООО «Издательство Лань». – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/>;

ЭБС «Электронная библиотечная система ЮРАЙТ» [Электронный ресурс]: электронная библиотечная система / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/>;

ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [Электронный ресурс]: электронно-периодическое издание; программный комплекс для организации онлайн-доступа к лицензионным материалам / ООО «НексМедиа». – Режим доступа: <https://biblioclub.ru/>.

7.3 СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ

1. Информационно-аналитическая система SCIENCE INDEX
2. Электронная база данных Scopus

7.4. ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

1. Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс
<http://www.consultant.ru/>

2. ООО «Современные медиа технологии в образовании и культуре».
<http://www.informio.ru/>

8. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ И МАТЕРИАЛЫ НА УСМОТРЕНИЕ ВЕДУЩЕЙ КАФЕДРЫ

Не предусмотрено.

9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ДЛЯ ЛИЦ С ОВЗ

Для обеспечения образования инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья реализация дисциплины может осуществляться в адаптированном виде, с учетом специфики освоения и дидактических требований, исходя из индивидуальных возможностей и по личному заявлению обучающегося.