



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

**Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
Республики Крым
«Крымский инженерно-педагогический университет имени Февзи Якубова»
(ГБОУВО РК КИПУ имени Февзи Якубова)**

Кафедра физической культуры

СОГЛАСОВАНО

Руководитель ОПОП

_____ В.В. Сенченко

02 апреля 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

_____ Н.Н. Мухамедьяров

02 апреля 2026 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.О.09.06 «Адаптивная физическая культура»**

направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
профиль подготовки «Физическая культура»

факультет психологии и педагогического образования

Симферополь, 2026

Рабочая программа дисциплины Б1.О.09.06 «Адаптивная физическая культура» для бакалавров направления подготовки 44.03.01 Педагогическое образование. Профиль «Физическая культура» составлена на основании ФГОС ВО, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 № 121.

Составитель
рабочей программы _____ Р.Я. Курбединов
подпись

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры физической культуры
от 02 марта 2026 г., протокол № 10

Заведующий кафедрой _____ Н.Н. Мухамедьяров
подпись

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании УМК факультета психологии и педагогического образования
от 02 апреля 2026 г., протокол № 7

Председатель УМК _____ Л.И. Аббасова
подпись

1. Рабочая программа дисциплины Б1.О.09.06 «Адаптивная физическая культура» для бакалавриата направления подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическое образование».

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

2.1. Цель и задачи изучения дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (модуля):

– формирование у студентов системы научно-практических знаний и компетенций в области адаптивной физической культуры, необходимых для эффективной профессиональной деятельности с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, а также для самоорганизации и саморазвития в сфере физической культуры и здорового образа жизни

Учебные задачи дисциплины (модуля):

– Изучить теоретико-методологические основы адаптивной физической культуры, ее функции, принципы, цели и задачи как вида социальной практики .

– Освоить средства, методы и организационные формы адаптивной физической культуры, методики подбора физических упражнений для лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья .

– Сформировать знания о психофизиологических, анатомо-физиологических особенностях и типичных нарушениях двигательной сферы лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалидностью .

– Овладеть методиками контроля и оценки функционального состояния, физического развития и подготовленности занимающихся, а также способами коррекции физической нагрузки .

– Сформировать способность к самоорганизации и саморазвитию в сфере физической культуры, включая планирование и реализацию индивидуальных оздоровительных программ .

– Развить умения применять теоретические знания и практические навыки в области адаптивной физической культуры для решения профессиональных задач в педагогической деятельности .

2.2. Планируемые результаты освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины Б1.О.09.06 «Адаптивная физическая культура» направлен на формирование следующих компетенций:

УК-6 - Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

ПК-1 - Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач

В результате изучения дисциплины студент должен:

Знать:

– научно-практические и биологические основы физической культуры и здорового образа жизни; методики оценки собственного физического состояния и работоспособности; принципы планирования времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки .

– нормативно-правовые аспекты инклюзивного образования; классификацию инвалидности; основные психологические особенности лиц с ОВЗ и инвалидностью; анатомио-физиологические особенности и типичные нарушения двигательной сферы лиц с различными заболеваниями; средства, методы, формы организации и виды адаптивной физической культуры; методики врачебно-педагогического контроля

Уметь:

– использовать средства и методы физической культуры для составления индивидуальных оздоровительных комплексов; планировать свое рабочее и свободное время для обеспечения должного уровня физической подготовленности; анализировать и корректировать свою деятельность по саморазвитию

– проектировать содержание и методику учебных занятий по адаптивной физической культуре для лиц с ОВЗ и инвалидов; подбирать средства и методы для решения коррекционных, компенсаторных и оздоровительных задач; определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся; интерпретировать результаты контроля для коррекции тренировочного процесса .

Владеть:

– навыками использования средств физического воспитания для сохранения и укрепления здоровья; способами контроля и оценки уровня развития собственных физических качеств; методами самоконтроля за состоянием организма

– навыками организации и методики проведения занятий физической культурой для лиц с ОВЗ и инвалидов; методами врачебно-педагогического контроля в процессе занятий; способами осуществления коррекции процесса оздоровительной тренировки на основе объективных данных

3. Место дисциплины в структуре ОПОП.

Дисциплина Б1.О.09.06 «Адаптивная физическая культура» относится к дисциплинам обязательной части учебного плана.

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)

Семестр	Общее кол-во часов	кол-во зач. единиц	Контактные часы						СР	Контроль (время на контроль)
			Всего	лек	лаб.зан.	практ.зан.	сем.зан.	ИЗ		
7	108	3	52	26		26			29	Экз (27 ч.)
Итого по ОФО	108	3	52	26		26			29	27

5. Содержание дисциплины (модуля) (структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и видов учебных занятий)

Наименование тем (разделов, модулей)	Количество часов очная форма							Количество часов заочная форма							Форма текущего контроля
	Всего	л	лаб	пр	сем	ИЗ	СР	Всего	л	лаб	пр	сем	ИЗ	СР	
Раздел 1. Теоретико-методологические основы АФК															
Тема 1.1. Введение в адаптивную физическую культуру	4	2					2								практическое задание; реферат; домашнее задание
Тема 1.2. Функции, принципы и виды АФК	8	4		2			2								практическое задание; реферат; домашнее задание
Тема 1.3. Нормативно-правовые основы АФК	6	2		2			2								практическое задание; реферат; домашнее задание
Раздел 2. Психологические особенности лиц с ОВЗ															
Тема 2.1. Психологические особенности лиц с ОВЗ	10	4		2			4								практическое задание; реферат; домашнее задание
Тема 2.2. Анатомо-физиологические особенности и типичные нарушения двигательной сферы	12	4		4			4								практическое задание; реферат; домашнее задание
Раздел 3.															
Тема 3.1. Средства и методы АФК	9	2		4			3								практическое задание; реферат; домашнее задание

Наименование тем (разделов, модулей)	Количество часов очная форма							Количество часов заочная форма							Форма текущего контроля
	Всего	л	лаб	пр	сем	ИЗ	СР	Всего	л	лаб	пр	сем	ИЗ	СР	
Тема 3.2. Организационные формы занятий	8	2		3			3								практическое задание; реферат; домашнее задание
Тема 3.3. Адаптированные виды спорта и оздоровительные практики	7	2		3			2								практическое задание; реферат; домашнее задание
Раздел 4.															
Тема 4.1. Контроль в адаптивной физической культуре	8	2		3			3								практическое задание; реферат; домашнее задание
Тема 4.2. Профессионально-прикладная физическая подготовка и саморазвитие	9	2		3			4								практическое задание; реферат; домашнее задание
Всего часов за 7 семестр	81	26		26			29								
Форма промеж. контроля	Экзамен - 27 ч.														
Всего часов дисциплине	81	26		26			29								
часов на контроль	27														

5. 1. Тематический план лекций

№ лекц	Тема занятия и вопросы лекции	Форма проведения (актив., интерак.)	Количество часов	
			ОФО	ЗФО
1.	<p>Тема 1.1. Введение в адаптивную физическую культуру</p> <p><i>Основные вопросы:</i> Предмет, цели и задачи АФК. История развития. Место АФК в системе комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья . Основные понятия: «доступная среда», «инклюзивное образование», «инвалидность». Формы и классификация инвалидности</p>	Акт./ Интеракт.	2	
2.	<p>Тема 1.2. Функции, принципы и виды АФК</p> <p><i>Основные вопросы:</i> Педагогические, социальные и медико-биологические функции АФК. Общепедагогические и специально-методические принципы. Виды АФК: адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, физическая реабилитация .</p>	Акт./ Интеракт.	4	
3.	<p>Тема 1.3. Нормативно-правовые основы АФК</p> <p><i>Основные вопросы:</i> Законодательная база РФ в области образования, физической культуры и спорта для лиц с ОВЗ и инвалидов. Материально-техническое обеспечение доступности инклюзивного образования</p>	Акт./ Интеракт.	2	
4.	<p>Тема 2.1. Психологические особенности лиц с ОВЗ</p> <p><i>Основные вопросы:</i> Основные психологические особенности лиц с ОВЗ и инвалидностью. Особенности познавательной, эмоционально-волевой сферы и личности .</p>	Акт./ Интеракт.	4	
5.	<p>Тема 2.2. Анатомо-физиологические особенности и типичные нарушения двигательной сферы</p> <p><i>Основные вопросы:</i> Характеристика нарушений при различных заболеваниях: опорно-двигательного аппарата, сенсорных систем</p>	Акт./ Интеракт.	4	

№ лекц	Тема занятия и вопросы лекции	Форма проведения (актив., интерак.)	Количество часов	
			ОФО	ЗФО
	(зрения, слуха), интеллекта, сердечно-сосудистой и дыхательной систем . Противопоказания к занятиям физическими упражнениями			
6.	Тема 3.1. Средства и методы АФК <i>Основные вопросы:</i> Классификация физических упражнений. Специальное оборудование: тактильные мячи, сенсорные тренажёры, стабиллоплатформы . Цифровые технологии в АФК: мобильные приложения, VR-симуляторы. Методы обучения двигательным действиям и развития физических качеств .	Акт./ Интеракт.	2	
7.	Тема 3.2. Организационные формы занятий <i>Основные вопросы:</i> Формы занятий физическими упражнениями: урочные и неурочные. Структура и содержание занятия оздоровительной направленности. Особенности организации занятий в специальных медицинских группах в организациях общего и среднего профессионального образования .	Акт./ Интеракт.	2	
8.	Тема 3.3. Адаптированные виды спорта и оздоровительные практики <i>Основные вопросы:</i> Характеристика адаптированных видов спорта: бочча, голбол, волейбол сидя, настольный теннис, плавание . Оздоровительные практики: лечебная физкультура, дыхательные упражнения (методики А. Стрельниковой, К. Бутейко), релаксационные техники, элементы йоги, фитбол-гимнастика, пилатес .	Акт./ Интеракт.	2	
9.	Тема 4.1. Контроль в адаптивной физической культуре <i>Основные вопросы:</i> Методы врачебно-педагогического контроля. Оценка функционального состояния, физического развития и уровня подготовленности занимающихся.	Акт./ Интеракт.	2	

№ лекц	Тема занятия и вопросы лекции	Форма проведения (актив., интерак.)	Количество часов	
			ОФО	ЗФО
	Самоконтроль. Дозирование и регулирование физической и психоэмоциональной нагрузки .			
10.	<p>Тема 4.2. Профессионально-прикладная физическая подготовка и саморазвитие</p> <p><i>Основные вопросы:</i> Роль производственной гимнастики в профессиональной деятельности. Виды производственной гимнастики: вводная гимнастика, физкультминутки, физкультпаузы. Методика составления комплексов упражнений с учетом будущей профессиональной деятельности и имеющихся ограничений . Формирование профессионально значимых качеств и свойств личности средствами АФК. Планирование индивидуальной траектории саморазвития в сфере физической культуры .</p>	Акт./ Интеракт.	2	
	Итого		26	0

5. 2. Темы практических занятий

№ занятия	Наименование практического занятия	Форма проведения (актив., интерак.)	Количество часов	
			ОФО	ЗФО
1.	<p>Тема 1.2. Функции, принципы и виды АФК</p> <p><i>Основные вопросы:</i> Дискуссия по специально-методическим принципам АФК. Анализ педагогических ситуаций, требующих применения различных функций АФК.</p>	Акт./ Интеракт.	2	
2.	<p>Тема 1.3. Нормативно-правовые основы АФК</p> <p><i>Основные вопросы:</i> Изучение и анализ Федерального закона «Об образовании в РФ» и «О физической культуре и спорте в РФ» в части, касающейся лиц с ОВЗ и инвалидов.</p>	Акт./ Интеракт.	2	
3.	Тема 2.1. Психологические особенности лиц с ОВЗ	Акт./ Интеракт.	2	

№ занятия	Наименование практического занятия	Форма проведения (актив., интерак.)	Количество часов	
			ОФО	ЗФО
	<p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>Решение ситуационных задач по взаимодействию с лицами, имеющими различные нарушения (зрения, слуха, интеллекта).</p> <p>Ролевые игры.</p>			
4.	<p>Тема 2.2. Анатомо-физиологические особенности и типичные нарушения двигательной сферы</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>Разбор конкретных нозологических групп (нарушения ОДА, зрения, слуха, ССС, дыхания).</p> <p>Определение противопоказаний и допустимых нагрузок для каждой группы .</p>	Акт./ Интеракт.	4	
5.	<p>Тема 3.1. Средства и методы АФК</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>Освоение методик применения специального оборудования (тактильные мячи, гимнастические палки, эспандеры).</p> <p>Демонстрация и освоение упражнений для различных нозологических групп .</p>	Акт./ Интеракт.	4	
6.	<p>Тема 3.2. Организационные формы занятий</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>Проектирование фрагмента урока (занятия) по АФК для конкретной нозологической группы (по выбору студента).</p> <p>Составление конспекта занятия.</p>	Акт./ Интеракт.	3	
7.	<p>Тема 3.3. Адаптированные виды спорта и оздоровительные практики</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>Ознакомление с правилами и основами техники адаптированных видов спорта: бочча, голбол, волейбол сидя (демонстрация видеоматериалов, выполнение имитационных упражнений) .</p>	Акт./ Интеракт.	3	
8.	<p>Тема 4.1. Контроль в адаптивной физической культуре</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p>	Акт./ Интеракт.	3	

№ занятия	Наименование практического занятия	Форма проведения (актив., интерак.)	Количество часов	
			ОФО	ЗФО
	Освоение методик проведения функциональных проб (проба Штанге, проба Генчи, ортостатическая проба). Оценка физического развития (антропометрия) .			
9.	Тема 4.2. Профессионально-прикладная физическая подготовка и саморазвитие <i>Основные вопросы:</i> Составление и проведение комплекса производственной гимнастики с учетом будущей профессиональной деятельности. Разработка индивидуального плана саморазвития физических качеств	Акт./ Интеракт.	3	
	Итого			

5. 3. Темы семинарских занятий

(не предусмотрены учебным планом)

5. 4. Перечень лабораторных работ

(не предусмотрено учебным планом)

5. 5. Темы индивидуальных занятий

(не предусмотрено учебным планом)

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Самостоятельная работа по данной дисциплине включает такие формы работы как: работа с базовым конспектом; подготовка к практическому занятию; подготовка реферата; выполнение индивидуальных домашних заданий; подготовка к экзамену.

6.1. Содержание самостоятельной работы студентов по дисциплине (модулю)

№	Наименование тем и вопросы, выносимые на самостоятельную работу	Форма СР	Кол-во часов	
			ОФО	ЗФО
1	Тема 1.1. Введение в адаптивную физическую культуру	подготовка к практическому занятию; подготовка реферата;	2	

№	Наименование тем и вопросы, выносимые на самостоятельную работу	Форма СР	Кол-во часов	
			ОФО	ЗФО
	<p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>Предмет, цели и задачи АФК. История развития. Место АФК в системе комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p>Основные понятия: «доступная среда», «инклюзивное образование», «инвалидность».</p>	выполнение индивидуальных домашних заданий		
2	<p>Тема 1.2. Функции, принципы и виды АФК</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>Педагогические, социальные и медико-биологические функции АФК.</p> <p>Общепедагогические и специально-методические принципы.</p> <p>Виды АФК: адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, физическая реабилитация .</p>	подготовка к практическому занятию; подготовка реферата; выполнение индивидуальных домашних заданий	2	
3	<p>Тема 1.3. Нормативно-правовые основы АФК</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>Законодательная база РФ в области образования, физической культуры и спорта для лиц с ОВЗ и инвалидов.</p> <p>Материально-техническое обеспечение доступности инклюзивного образования</p>	подготовка к практическому занятию; подготовка реферата; выполнение индивидуальных домашних заданий	2	
4	<p>Тема 2.1. Психологические особенности лиц с ОВЗ</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>Основные психологические особенности лиц с ОВЗ и инвалидностью.</p> <p>Особенности познавательной, эмоционально-волевой сферы и личности .</p>	подготовка к практическому занятию; подготовка реферата; выполнение индивидуальных домашних заданий	4	
5	<p>Тема 2.2. Анатомо-физиологические особенности и типичные нарушения двигательной сферы</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>Характеристика нарушений при различных</p>	подготовка к практическому занятию; подготовка реферата; выполнение индивидуальных домашних заданий	4	

№	Наименование тем и вопросы, выносимые на самостоятельную работу	Форма СР	Кол-во часов	
			ОФО	ЗФО
	заболеваниях: опорно-двигательного аппарата, сенсорных систем (зрения, слуха), интеллекта, сердечно-сосудистой и дыхательной систем . Противопоказания к занятиям физическими упражнениями			
6	Тема 3.1. Средства и методы АФК <i>Основные вопросы:</i> Классификация физических упражнений. Специальное оборудование: тактильные мячи, сенсорные тренажёры, стабиллоплатформы . Цифровые технологии в АФК: мобильные приложения, VR-симуляторы.	подготовка к практическому занятию; подготовка реферата; выполнение индивидуальных домашних заданий	3	
7	Тема 3.2. Организационные формы занятий <i>Основные вопросы:</i> Формы занятий физическими упражнениями: урочные и неурочные. Структура и содержание занятия оздоровительной направленности. Особенности организации занятий в специальных медицинских группах в организациях общего и среднего профессионального образования .	подготовка к практическому занятию; подготовка реферата; выполнение индивидуальных домашних заданий	3	
8	Тема 3.3. Адаптированные виды спорта и оздоровительные практики <i>Основные вопросы:</i> Характеристика адаптированных видов спорта: бочча, голбол, волейбол сидя, настольный теннис, плавание . Оздоровительные практики: лечебная физкультура, дыхательные упражнения (методики А. Стрельниковой, К. Бутейко), релаксационные техники, элементы йоги, фитбол-гимнастика, пилатес .	подготовка к практическому занятию; подготовка реферата; выполнение индивидуальных домашних заданий	2	
9	Тема 4.1. Контроль в адаптивной физической культуре <i>Основные вопросы:</i>	подготовка к практическому занятию; подготовка реферата; выполнение индивидуальных домашних заданий	3	

№	Наименование тем и вопросы, выносимые на самостоятельную работу	Форма СР	Кол-во часов	
			ОФО	ЗФО
	Методы врачебно-педагогического контроля. Оценка функционального состояния, физического развития и уровня подготовленности занимающихся. Самоконтроль. Дозирование и регулирование физической и психоэмоциональной нагрузки .			
10	Тема 4.2. Профессионально-прикладная физическая подготовка и саморазвитие <i>Основные вопросы:</i> Роль производственной гимнастики в профессиональной деятельности. Виды производственной гимнастики: вводная гимнастика, физкультурминутки, физкультпаузы. Методика составления комплексов упражнений с учетом будущей профессиональной деятельности и имеющихся ограничений . Формирование профессионально значимых качеств и свойств личности средствами АФК. Планирование индивидуальной траектории саморазвития в сфере физической культуры .	подготовка к практическому занятию; подготовка реферата; выполнение индивидуальных домашних заданий	4	
	Итого		29	

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины «Адаптивная физическая культура» разработаны следующие методические рекомендации:

7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

7.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Дескрипторы	Компетенции	Оценочные средства
УК-6		

Дескрипторы	Компетенции	Оценочные средства
Знать	научно-практические и биологические основы физической культуры и здорового образа жизни; методики оценки собственного физического состояния и работоспособности; принципы планирования времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки .	практическое задание
Уметь	использовать средства и методы физической культуры для составления индивидуальных оздоровительных комплексов; планировать свое рабочее и свободное время для обеспечения должного уровня физической подготовленности; анализировать и корректировать свою деятельность по саморазвитию	реферат; домашнее задание
Владеть	навыками использования средств физического воспитания для сохранения и укрепления здоровья; способами контроля и оценки уровня развития собственных физических качеств; методами самоконтроля за состоянием организма	экзамен
ПК-1		
Знать	нормативно-правовые аспекты инклюзивного образования; классификацию инвалидности; основные психологические особенности лиц с ОВЗ и инвалидностью; анатомо-физиологические особенности и типичные нарушения двигательной сферы лиц с различными заболеваниями; средства, методы, формы организации и виды адаптивной физической культуры; методики врачебно-педагогического контроля	практическое задание
Уметь	проектировать содержание и методику учебных занятий по адаптивной физической культуре для лиц с ОВЗ и инвалидов; подбирать средства и методы для решения коррекционных, компенсаторных и оздоровительных задач; определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся; интерпретировать результаты контроля для коррекции тренировочного процесса .	реферат; домашнее задание
Владеть	навыками организации и методики проведения занятий физической культурой для лиц с ОВЗ и инвалидов; методами врачебно-педагогического контроля в процессе занятий; способами осуществления коррекции процесса оздоровительной тренировки на основе объективных данных	экзамен

7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Оценочные средства	Уровни сформированности компетенции			
	Компетентность не сформирована	Базовый уровень	Достаточный уровень	Высокий уровень
практическое задание	Задание не выполнено или выполнено неверно. Студент не может провести простейшее измерение (например, снять показания динамометра) или рассчитать кинематическую характеристику.	Задание выполнено частично. Студент правильно выполняет измерение, но допускает ошибки в расчетах (например, путает скорость и ускорение) или не может интерпретировать результат.	Задание выполнено правильно в соответствии с алгоритмом. Студент уверенно проводит биомеханический анализ простого движения (например, приседания) или корректно рассчитывает статистические показатели (среднее, стандартное отклонение).	Задание выполнено творчески и углубленно. Студент не только проводит анализ, но и дает рекомендации по коррекции техники на основе полученных данных, обосновывая их биомеханически, или использует продвинутые методы статистики
реферат	Тема не раскрыта. Реферат представляет собой неструктурированную компиляцию текстов из интернета. Отсутствуют ссылки на научные источники.	Тема раскрыта поверхностно. Студент использует только учебную литературу. Содержание сводится к пересказу, отсутствует собственный анализ проблемы.	Тема раскрыта полностью. Используются современные научные статьи и учебные пособия. Студент демонстрирует понимание проблемы и может сформулировать основные выводы.	Тема раскрыта глубоко и всесторонне. Проведен анализ нескольких научных подходов, выявлены противоречия. Студент связывает теоретический материал с практикой избранного вида спорта. Высокий уровень самостоятельности.
домашнее задание	Задание не сдано или сдано с грубейшими ошибками. Например, в расчетной работе по статистике неверно выбран критерий или	Задание выполнено, но содержит ошибки. Например, студент правильно рассчитал t-	Задание выполнено полностью и без ошибок. Студент грамотно оформляет отчет, использует	Задание выполнено на высоком уровне. Студент использует дополнительные источники, сравнивает свои

Оценочные средства	Уровни сформированности компетенции			
	Компетентность не сформирована	Базовый уровень	Достаточный уровень	Высокий уровень
	полностью искажены расчеты.	критерий, но не смог проверить распределение на нормальность, или в биомеханическом анализе пропустил важные фазы движения .	корректные формулы и делает правильные промежуточные и итоговые выводы.	результаты с нормативными данными или литературными источниками, предлагает несколько вариантов интерпретации результатов.
экзамен	Студент не владеет материалом, не отвечает на дополнительные вопросы. Не способен решить элементарную профессиональную задачу.	Материал освоен фрагментарно, ответ содержит фактические ошибки. Решение профессиональной задачи вызывает серьезные затруднения, требуется помощь преподавателя.	Материал освоен полностью. Ответы на вопросы логичны и последовательны. Студент успешно решает типовую профессиональную задачу (например, подобрать тест для оценки качества, провести простой анализ техники).	Ответ отличается глубиной и полнотой. Студент демонстрирует творческий подход к решению усложненной профессиональной задачи, анализирует нестандартные ситуации, предлагает пути совершенствования тренировочного процесса на основе знаний биомеханики и метрологии .

7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

7.3.1. Примерные практические задания

- 1.Задание 1.1. Анализ нормативно-правовой базы инклюзивного образования
- 2.Задание 1.2. Дискуссия по специально-методическим принципам АФК
- 3.Задание 2.1. Решение ситуационных задач по взаимодействию с лицами с ОВЗ

- 4.Задание 2.2. Определение противопоказаний и допустимых нагрузок
- 5.Задание 3.1. Проектирование фрагмента занятия для конкретной нозологической группы
- 6.Задание 3.2. Моделирование физических упражнений с облегчающими и усложняющими средствами
- 7.Задание 3.3. Освоение элементов адаптированных спортивных игр
- 8.Задание 4.1. Проведение функциональных проб и оценка физического развития
- 9.Задание 4.2. Разработка комплекса производственной гимнастики
- 10.Задание 4.3. Индивидуальное задание «Разработка комплекса упражнений для конкретной нозологической группы»

7.3.2. Примерные темы для составления реферата

- 1.История становления и развития адаптивной физической культуры в России и за рубежом .
- 2.Адаптивная физическая культура как вид социальной практики и ее место в системе комплексной реабилитации инвалидов .
- 3.Современное состояние и перспективы развития адаптивной физической культуры в Российской Федерации.
- 4.Нормативно-правовая база адаптивной физической культуры и инклюзивного образования в РФ (анализ Федеральных законов № 273-ФЗ и № 329-ФЗ).
- 5.Основные функции адаптивной физической культуры: педагогические, социальные, медико-биологические .
- 6.Принципы адаптивной физической культуры: общепедагогические и специально-методические.
- 7.Виды адаптивной физической культуры: адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, физическая реабилитация .
- 8.Понятие «доступная среда» и ее роль в социальной интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья.
- 9.Психологические особенности лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп .
- 10.Анатомо-физиологические особенности и типичные нарушения двигательной сферы при различных заболеваниях (на примере одной нозологии: нарушения опорно-двигательного аппарата, зрения, слуха, интеллекта, сердечно-сосудистой системы).

7.3.3. Примерные задания для домашнего задания

- 1.Задание 1.1. Анализ нормативно-правовой документации • Цель: Сформировать навыки работы с законодательной базой в области АФК (ПК-1). • Содержание: 1. Изучить Федеральный закон «Об образовании в РФ» (№ 273-ФЗ) и «О социальной защите инвалидов в РФ» (№ 181-ФЗ). 2. Выписать статьи, регламентирующие: право лиц с ОВЗ на занятия физической культурой и спортом; понятие «доступная среда» и требования к ее обеспечению; порядок создания специальных условий в образовательных организациях. 3. Составить таблицу-сравнение прав лиц с

инвалидностью в сфере физической культуры и спорта. • Форма отчета: Письменный анализ (3-4 страницы) с выдержками из нормативных документов и выводами.

2.Задание 1.2. Характеристика видов адаптивной физической культуры • Цель: Систематизировать знания о различных видах АФК и их задачах (ПК-1). • Содержание: 1. Дать развернутую характеристику четырем основным видам АФК: адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, физическая реабилитация . 2. Для каждого вида указать: цель и задачи; контингент занимающихся; основные средства и методы; формы организации занятий. 3. Привести конкретные примеры (из практики или литературы). • Форма отчета: Таблица-сравнение или письменная работа с выводами.

3.Задание 2.1. Составление характеристики нозологической группы • Цель: Научиться анализировать особенности различных нарушений и определять безопасные режимы нагрузки (ПК-1). • Содержание: 1. Получить (или выбрать самостоятельно) карточку с описанием нозологической группы: нарушения опорно-двигательного аппарата (ДЦП, сколиоз, ампутации); сенсорные нарушения (зрения, слуха); нарушения интеллекта; заболевания сердечно-сосудистой системы; заболевания дыхательной системы. 2. Составить развернутую характеристику, включающую: этиологию и основные проявления заболевания; психологические особенности данной категории лиц; абсолютные и относительные противопоказания к занятиям физическими упражнениями; рекомендованные виды физической активности; допустимый уровень интенсивности нагрузки (по ЧСС, по самочувствию). • Форма отчета: Заполненная карта-характеристика нозологической группы (2-3 страницы).

4.Задание 2.2. Решение ситуационных задач по взаимодействию с лицами с ОВЗ • Цель: Сформировать навыки учета психологических особенностей лиц с различными нарушениями в профессиональной деятельности (ПК-1) . • Содержание: Письменно проанализировать предложенные педагогические ситуации: 1. Ситуация А: Ребенок с нарушением зрения отказывается выполнять упражнение на координацию, боится упасть. Ваши действия? 2. Ситуация Б: Взрослый занимающийся с последствиями инсульта (гемипарез) не может выполнить упражнение на удержание равновесия стоя. Как модифицировать задание? 3. Ситуация В: Подросток с нарушением слуха неправильно понял вашу инструкцию к подвижной игре и обиделся на замечание. Как выстроить коммуникацию? 4. Ситуация Г: Родители ребенка с ДЦП требуют немедленных видимых результатов, не понимая, что прогресс идет медленно. Как провести разъяснительную беседу? . • Для каждой ситуации определить: о возможные причины поведения/проблемы; о алгоритм действий педагога; о способы профилактики подобных ситуаций. • Форма отчета: Письменный разбор ситуаций с обоснованием педагогических решений.

5.Задание 3.1. Разработка комплекса утренней гигиенической гимнастики для лиц с ОВЗ • Цель: Научиться составлять индивидуальные комплексы упражнений с учетом нозологии (УК-6, ПК-1) . • Содержание: 1. Выбрать конкретную нозологическую группу (например, лица с нарушением осанки, с бронхиальной астмой, с нарушением зрения). 2. Составить комплекс утренней гигиенической гимнастики (8-10 упражнений). 3. Для каждого упражнения указать: исходное положение; описание техники выполнения; дозировку (количество повторений, темп); методические указания (особенности дыхания, страховка, недопустимые движения). 4. Включить упражнения на разные группы мышц, дыхательные упражнения, упражнения на расслабление. 5. Обосновать коррекционную направленность каждого упражнения. • Форма отчета: Письменный комплекс упражнений с методическими указаниями и обоснованием (в виде таблицы или текстового описания). Общее время выполнения не должно превышать 15-20 минут .

6.Задание 3.2. Моделирование упражнений с использованием подручных средств • Цель: Развивать креативность в подборе средств АФК в условиях ограниченного инвентаря

7.Задание 3.3. Разработка фрагмента занятия с включением адаптированной подвижной игры • Цель: Научиться адаптировать подвижные игры для лиц с различными нарушениями (ПК-1) . • Содержание: 1. Выбрать известную подвижную игру (например, «Салки», «Передал — садись», «День и ночь»). 2. Предложить варианты адаптации этой игры для трех разных нозологических групп: для лиц с нарушением зрения (использование звуковых сигналов, тактильных ориентиров); для лиц с нарушением слуха (использование зрительных сигналов, флажков); для лиц с нарушением ОДА (передвигающихся с помощью костылей или на колясках). 3. Для каждого варианта описать: правила игры с учетом адаптации; необходимое оборудование; способы организации и страховки. • Форма отчета: Письменное описание трех вариантов адаптированной игры.

8.Задание 4.1. Ведение дневника самоконтроля (индивидуальное задание на семестр) • Цель: Сформировать навыки самонаблюдения и самооценки физического состояния (УК-6) . • Содержание: В течение семестра (не менее 8 недель) вести дневник самоконтроля, фиксируя: 1. Субъективные показатели: самочувствие, настроение, желание заниматься, аппетит, сон, наличие болевых ощущений. 2. Объективные показатели: частота сердечных сокращений (утром после сна, до и после занятий), частота дыхания, масса тела, результаты простейших функциональных проб (проба Штанге, ортостатическая проба) . 3. Содержание и объем выполненной физической нагрузки. 4. В конце каждого месяца проводить анализ динамики показателей, при необходимости корректировать нагрузку. • Форма отчета: Дневник самоконтроля с регулярными записями и итоговым анализом динамики состояния.

9.Задание 4.2. Проведение функциональных проб и оценка результатов • Цель: Освоить методы оперативного контроля функционального состояния (ПК-1). • Содержание: Самостоятельно (в домашних условиях с помощью кого-либо из членов семьи) провести следующие функциональные пробы: 1. Проба Штанге (задержка дыхания на вдохе) — до и после 10 приседаний. 2. Проба Генчи (задержка дыхания на выдохе). 3. Ортостатическая проба (подсчет пульса лежа, затем стоя). 4. Полученные результаты сравнить с нормативными показателями (для своего возраста и пола). 5. Сделать заключение о функциональном состоянии своей дыхательной и сердечно-сосудистой систем. • Форма отчета: Протокол исследования с расчетами, сравнением с нормами и выводами.

10.Задание 4.3. Итоговое индивидуальное задание: Разработка индивидуального плана-конспекта тренировочного занятия • Цель: Применить комплекс теоретических знаний и практических умений для решения профессиональной задачи (УК-6, ПК-1) . • Содержание: 1. Выбрать конкретную нозологическую группу (или конкретного человека с известными особенностями). 2. Составить развернутый план-конспект одного тренировочного занятия (продолжительностью 45-60 минут) 3. Указать необходимое оборудование и инвентарь. 4. Перечислить противопоказания и особенности страховки для выбранной категории занимающихся. Форма отчета: Оформленный план-конспект занятия (в табличной форме) с титульным листом и списком использованной литературы. Защита работы (презентация и обоснование выбранных средств).

7.3.4. Вопросы к экзамену

1.Предмет, цель и задачи адаптивной физической культуры как науки и учебной дисциплины .

2. Основные понятия адаптивной физической культуры: «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура», «реабилитация», «социализация» .
3. История становления и развития адаптивной физической культуры в России и за рубежом .
4. Адаптивная физическая культура как вид социальной практики и ее место в системе комплексной реабилитации инвалидов .
5. Характеристика объекта педагогической деятельности в адаптивной физической культуре .
6. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с отклонениями в состоянии здоровья .
7. Содержание и особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре .
8. Организационно-управленческая структура адаптивной физической культуры в Российской Федерации .
9. Основные виды адаптивной физической культуры и их краткая характеристика .
10. Характеристика педагогических функций адаптивной физической культуры .
11. Характеристика социальных функций адаптивной физической культуры .
12. Характеристика принципов адаптивной физической культуры: общепедагогические и специально-методические .
13. Роль адаптивной физической культуры в формировании социального статуса инвалида .
14. Нормативно-правовые основы адаптивной физической культуры: Федеральные законы «Об образовании в РФ», «О социальной защите инвалидов в РФ» .
15. Понятие «доступная среда» и ее роль в социальной интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья.
16. Психолого-педагогическая характеристика лиц с нарушениями зрения (слепые и слабовидящие) .
17. Психолого-педагогическая характеристика лиц с нарушениями слуха (глухие и слабослышащие) .
18. Психолого-педагогическая характеристика лиц с нарушениями интеллекта (умственная отсталость) .
19. Психолого-педагогическая характеристика лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата (в том числе с ДЦП) .
20. Психолого-педагогическая характеристика лиц с задержкой психического развития (ЗПР) .
21. Особенности воспитания и обучения детей с ранним детским аутизмом (РДА): причины и проявления .
22. Понятие о дефекте и его структура (по Л.С. Выготскому). Соотношение первичного дефекта и вторичных нарушений .
23. Роль и значение основных положений теории Л.С. Выготского для адаптивной физической культуры .
24. Понятие депривации, ее виды и депривационный синдром .
25. Личность ребенка с отклонениями в развитии и особенности ее формирования .

26. Эмоциональная сфера и ее особенности у детей с нарушениями в развитии .
27. Иерархия потребностей (по А. Маслоу). Причины слабого проявления потребности в самоактуализации у лиц с ОВЗ .
28. Противопоказания и ограничения к занятиям физическими упражнениями при различных заболеваниях .
29. Методы оценки физического развития лиц с ограниченными возможностями здоровья .
30. Методы оценки функциональных возможностей инвалидов с различными поражениями .
31. Классификация средств адаптивной физической культуры .
32. Характеристика методов обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре .
33. Формы организации занятий в адаптивной физической культуре: урочные и неурочные .
34. Особенности формирования ориентировочной основы двигательных действий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья .
35. Особенности развития и коррекции силовых способностей в адаптивной физической культуре .
36. Особенности развития и коррекции скоростных способностей в адаптивной физической культуре .
37. Особенности развития и коррекции выносливости в адаптивной физической культуре .
38. Особенности развития и коррекции гибкости в адаптивной физической культуре .
39. Особенности развития и коррекции координационных способностей в адаптивной физической культуре .
40. Использование сохранных анализаторов при формировании навыков пространственной ориентации у лиц с нарушениями зрения .
41. Специфика использования вербальных и невербальных методов в работе с глухими и слабослышащими .
42. Особенности организации и проведения уроков адаптивного физического воспитания в коррекционных школах для детей с нарушениями слуха .
43. Особенности организации и проведения уроков адаптивного физического воспитания в коррекционных школах для детей с нарушениями зрения .
44. Особенности организации и проведения уроков адаптивного физического воспитания в коррекционных школах для детей с нарушениями интеллекта .
45. Особенности организации и проведения уроков адаптивного физического воспитания в коррекционных школах для детей с ДЦП .
46. Адаптивный спорт: история возникновения, современное состояние и перспективы развития .
47. Паралимпийское движение инвалидов как модель спорта здоровых спортсменов. Основные виды адаптивного спорта, входящие в программу Паралимпийских игр .
48. Цель, принципы и основное содержание Всемирных игр Специальной Олимпиады .

49. Методы врачебно-педагогического контроля и самоконтроля в адаптивной физической культуре .

50. Роль и значение функциональных методов исследования во врачебном контроле инвалидов. Оценка функционального состояния и физического развития лиц с ограниченными возможностями здоровья .

7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

7.4.1. Оценивание практического задания

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Знание теоретического материала по предложенной проблеме	Теоретический материал усвоен	Теоретический материал усвоен и осмыслен	Теоретический материал усвоен и осмыслен, может быть применен в различных ситуациях по необходимости
Овладение приемами работы	Студент может применить имеющиеся знания для решения новой задачи, но необходима помощь преподавателя	Студент может самостоятельно применить имеющиеся знания для решения новой задачи, но возможно не более 2 замечаний	Студент может самостоятельно применить имеющиеся знания для решения новой задачи
Самостоятельность	Задание выполнено самостоятельно, но есть не более 3 замечаний	Задание выполнено самостоятельно, но есть не более 2 замечаний	Задание выполнено полностью самостоятельно

7.4.2. Оценивание реферата

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Новизна реферированного текста	Проблема, заявленная в тексте, имеет научную новизну и актуальность. Авторская позиция не обозначена. Есть не более 3 замечаний	Проблема, заявленная в тексте, имеет научную новизну и актуальность. Авторская позиция не обозначена. Есть не более 2 замечаний	Проблема, заявленная в тексте, имеет научную новизну и актуальность. Выражена авторская позиция

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Степень раскрытия проблемы	План соответствует теме реферата, отмечается полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; обоснованы способы и методы работы с материалом; продемонстрировано умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы. Есть не более 3 замечаний	План соответствует теме реферата, отмечается полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; обоснованы способы и методы работы с материалом; продемонстрировано умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы. Есть не более 2 замечаний	План соответствует теме реферата, отмечается полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; обоснованы способы и методы работы с материалом; продемонстрировано умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы
Обоснованность выбора источников	5-8 источников	8-10 источников	Отмечается полнота использования литературных источников по проблеме; привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.), более 10 источников
Соблюдение требований к оформлению	Не более 4 замечаний	Не более 3 замечаний	Правильное оформление ссылок на используемую литературу; грамотность и культура изложения; владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; соблюдение требований к объему реферата; культура

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
			оформления: выделение абзацев.
Грамотность	Не более 4 замечаний	Не более 3 замечаний	Отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей; отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых; литературный стиль

7.4.3. Оценивание домашнего задания

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Знание теоретического материала по предложенной проблеме	Теоретический материал усвоен	Теоретический материал усвоен и осмыслен	Теоретический материал усвоен и осмыслен, может быть применен в различных ситуациях по необходимости
Овладение приемами работы	Студент может применить имеющиеся знания для решения новой задачи, но необходима помощь преподавателя	Студент может самостоятельно применить имеющиеся знания для решения новой задачи, но возможно не более 2 замечаний	Студент может самостоятельно применить имеющиеся знания для решения новой задачи
Самостоятельность	Задание выполнено самостоятельно, но есть не более 3 замечаний	Задание выполнено самостоятельно, но есть не более 2 замечаний	Задание выполнено полностью самостоятельно

7.4.4. Оценивание экзамена

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Полнота ответа, последовательность и логика изложения	Ответ полный, но есть замечания, не более 3 10-15	Ответ полный, последовательный, но есть замечания, не более 2 16-20	Ответ полный, последовательный, логичный 21-30
Правильность ответа, его соответствие рабочей программе учебной дисциплины	Ответ соответствует рабочей программе учебной дисциплины, но есть замечания, не более 3	Ответ соответствует рабочей программе учебной дисциплины, но есть замечания, не более 2	Ответ соответствует рабочей программе учебной дисциплины
Способность студента аргументировать свой ответ и приводить примеры	Ответ аргументирован, примеры приведены, но есть не более 3 несоответствий	Ответ аргументирован, примеры приведены, но есть не более 2 несоответствий	Ответ аргументирован, примеры приведены
Осознанность излагаемого материала	Материал усвоен и излагается осознанно, но есть не более 3 несоответствий	Материал усвоен и излагается осознанно, но есть не более 2 несоответствий	Материал усвоен и излагается осознанно
Соответствие нормам культуры речи	Речь, в целом, грамотная, соблюдены нормы культуры речи, но есть замечания, не более 4	Речь, в целом, грамотная, соблюдены нормы культуры речи, но есть замечания, не более 2	Речь грамотная, соблюдены нормы культуры речи
Качество ответов на вопросы	Есть замечания к ответам, не более 3	В целом, ответы раскрывают суть вопроса	На все вопросы получены исчерпывающие ответы

7.5. Итоговая рейтинговая оценка текущей и промежуточной аттестации студента по дисциплине

По учебной дисциплине «Адаптивная физическая культура» используется 4-балльная система оценивания, итог оценивания уровня знаний обучающихся предусматривает экзамен. В зачетно-экзаменационную ведомость вносится оценка по четырехбалльной системе. Обучающийся, выполнивший не менее 60 % учебных поручений, предусмотренных учебным планом и РПД, допускается к экзамену. Наличие невыполненных учебных поручений может быть основанием для дополнительных вопросов по дисциплине в ходе промежуточной аттестации. Обучающийся, получивший не менее 3 баллов на экзамене, считается аттестованным.

Итоговая рейтинговая оценка R академической успешности студента по дисциплине определяется по формуле:

$$R = \sum_i^n T_i + \mathcal{E}, \text{ где}$$

T_i — рейтинговая оценка студента по всем формам текущего контроля;

\mathcal{E} — рейтинговая оценка студента по результатам экзамена (зачета).

Шкала оценивания текущей и промежуточной аттестации студента

Уровни формирования компетенции	Оценка по четырехбалльной шкале для экзамена
Высокий	Отлично
Достаточный	Хорошо
Базовый	Удовлетворительно
Компетенция не сформирована	Неудовлетворительно

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Основная литература.

№	Библиографическое описание	Тип	Кол-во в библиот.
1.	Ветрова, И. В. Адаптивная физическая культура: учебное пособие / И. В. Ветрова, Л. В. Захарова, Н. В. Люлина. — Красноярск: КГПУ им. В.П. Астафьева, 2023. — 328 с. — ISBN 978-5-00102-616-7. // Лань: электронно-библиотечная система.	учебное пособие	https://e.lanbook.com/book/338423
2.	Ермакова, М. А. Адаптивная физическая культура и спорт инвалидов: учебное пособие / М. А. Ермакова, С. И. Матявина, Я. П. Мелихов. — Оренбург: ОрГМУ, 2022. — 83 с. // Лань: электронно-библиотечная система.	учебное пособие	https://e.lanbook.com/book/340520
3.	Адаптивная физическая культура : учебно-методическое пособие / составитель О. Н. Токмакова. — пос. Караваяво : КГСХА, 2023. — 80 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/416774	учебно-методическое пособие	https://e.lanbook.com/book/416774
4.	Адаптивная физическая культура для детей школьного возраста: учебное пособие / Г. Г. Федотова, М. А. Гераськина, М. А. Пожарова [и др.]. — Саранск: МГПУ им. М. Е.	учебное пособие	https://e.lanbook.com/book/452231

№	Библиографическое описание	Тип	Кол-во в библ.
	Евсевьева, 2022. — 116 с. — ISBN 978-5-8156-1540-3. — Текст : электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/452231		
5.	Башмаков, В. П. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Адаптивная физическая культура для студентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата: учебно-методическое пособие / В. П. Башмаков, А. В. Пономарева, А. С. Терещенко. — Санкт-Петербург: СПбГИКиТ, 2024. — 84 с. — ISBN 978-5-94760-582-2. — Текст : электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/483896	учебно-методическое пособие	https://e.lanbook.com/book/483896

Дополнительная литература.

№	Библиографическое описание	Тип	Кол-во в библ.
1.	Лебедева, О. Н. Теория и история физической культуры и спорта. Специальность 49.02.02. «Адаптивная физическая культура» : учебно-методическое пособие / О. Н. Лебедева, Е. А. Корякина. — Воронеж : ВГАС, 2021. — 154 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/253745	учебно-методическое пособие	https://e.lanbook.com/book/253745
2.	Дневник студента-практиканта для направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» (направленность (профиль) «Адаптивное физическое воспитание»): учебно-методическое пособие / составитель Д. А. Корюкин ; под редакцией Л. П. Чукоминной. — Курган: КГУ, 2022. — 39 с. // Лань: электронно-библиотечная система.	учебно-методическое пособие	https://e.lanbook.com/book/300260
3.	Ляшенко, Х. М. Адаптивная физическая культура: теоретический курс : учебное пособие / Х. М. Ляшенко, И. С. Щадилова. — Тула : ТулГУ, 2023. — 194 с. — ISBN 978-5-	учебное пособие	https://e.lanbook.com/book/391358

№	Библиографическое описание	Тип	Кол-во в библи.
	7679-5323-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/391358		
4.	Гурьянов, М. С. Адаптивная физическая культура в медицинском университете: учебное пособие / М. С. Гурьянов. — Нижний Новгород: ПИМУ, 2024. — 124 с. — ISBN 978-5-7032-1501-2. — Текст : электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/507292	учебное пособие	https://e.lanbook.com/book/507292

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- 1.Поисковые системы: <http://www.rambler.ru>, <http://yandex.ru>, <http://www.google.com>
- 2.Федеральный образовательный портал www.edu.ru.
- 3.Российская государственная библиотека <http://www.rsl.ru/ru>
- 4.Государственная публичная научно-техническая библиотека России URL: <http://gpntb.ru>.
- 5.Государственное бюджетное учреждение культуры Республики Крым «Крымская республиканская универсальная научная библиотека» <http://franco.crimealib.ru/>
- 6.Педагогическая библиотека <http://www.pedlib.ru/>
- 7.Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (РИНЦ) <http://elibrary.ru/defaultx.asp>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Общие рекомендации по самостоятельной работе бакалавров

Подготовка современного бакалавра предполагает, что в стенах университета он овладеет методологией самообразования, самовоспитания, самосовершенствования. Это определяет важность активизации его самостоятельной работы.

Самостоятельная работа формирует творческую активность бакалавров, представление о своих научных и социальных возможностях, способность вычленять главное, совершенствует приемы обобщенного мышления, предполагает более глубокую проработку ими отдельных тем, определенных программой.

Основными видами и формами самостоятельной работы студентов по данной дисциплине являются: самоподготовка по отдельным вопросам; работа с базовым конспектом; подготовка к практическому занятию; подготовка реферата; выполнение индивидуальных домашних заданий; подготовка к экзамену.

Важной частью самостоятельной работы является чтение учебной литературы. Основная функция учебников – ориентировать в системе тех знаний, умений и навыков, которые должны быть

усвоены по данной дисциплине будущими специалистами. Учебник также служит путеводителем по многочисленным произведениям, ориентируя в именах авторов, специализирующихся на определённых научных направлениях, в названиях их основных трудов. Вторая функция учебника в том, что он очерчивает некий круг обязательных знаний по предмету, не претендуя на глубокое их раскрытие.

Чтение рекомендованной литературы – это та главная часть системы самостоятельной учебы бакалавра, которая обеспечивает подлинное усвоение науки. Читать эту литературу нужно по принципу: «идея, теория, метод в одной, в другой и т.д. книгах».

Во всех случаях рекомендуется рассмотрение теоретических вопросов не менее чем по трем источникам. Изучение проблемы по разным источникам - залог глубокого усвоения науки. Именно этот блок, наряду с выполнением практических заданий является ведущим в структуре самостоятельной работы студентов.

Вниманию бакалавров предлагаются список литературы, вопросы к самостоятельному изучению и вопросы к экзамену.

Для успешного овладения дисциплиной необходимо выполнять следующие требования:

- 1) выполнять все определенные программой виды работ;
- 2) посещать занятия, т.к. весь тематический материал взаимосвязан между собой и, зачастую, самостоятельного теоретического овладения пропущенным материалом недостаточно для качественного его усвоения;
- 3) все рассматриваемые на занятиях вопросы обязательно фиксировать в отдельную тетрадь и сохранять её до окончания обучения в вузе;
- 4) проявлять активность при подготовке и на занятиях, т.к. конечный результат овладения содержанием дисциплины необходим, в первую очередь, самому бакалавру;
- 5) в случаях пропуска занятий по каким-либо причинам обязательно отрабатывать пропущенное преподавателю во время индивидуальных консультаций.

Внеурочная деятельность бакалавра по данной дисциплине предполагает:

- самостоятельный поиск ответов и необходимой информации по предложенным вопросам;
- выполнение практических заданий;
- выработку умений научной организации труда.

Успешная организация времени по усвоению данной дисциплины во многом зависит от наличия у бакалавра умения самоорганизовать себя и своё время для выполнения предложенных домашних заданий. Объём заданий рассчитан максимально на 2-3 часа в неделю. При этом алгоритм подготовки будет следующим:

- 1 этап – поиск в литературе теоретической информации по предложенным преподавателем вопросам;
- 2 этап – осмысление полученной информации, освоение терминов и понятий;
- 3 этап – составление плана ответа на каждый вопрос;
- 4 этап – поиск примеров по данной проблематике.

Работа с базовым конспектом

Программой дисциплины предусмотрено чтение лекций в различных формах их проведения: проблемные лекции с элементами эвристической беседы, информационные лекции, лекции с опорным конспектированием, лекции-визуализации.

На лекциях преподаватель рассматривает вопросы программы курса, составленной в соответствии с государственным образовательным стандартом. Из-за недостаточного количества аудиторных часов некоторые темы не удастся осветить в полном объеме, поэтому преподаватель, по своему усмотрению, некоторые вопросы выносит на самостоятельную работу студентов, рекомендуя ту или иную литературу.

Кроме этого, для лучшего освоения материала и систематизации знаний по дисциплине, необходимо постоянно разбирать материалы лекций по конспектам и учебным пособиям.

Во время самостоятельной проработки лекционного материала особое внимание следует уделять возникшим вопросам, непонятым терминам, спорным точкам зрения. Все такие моменты следует выделить или выписать отдельно для дальнейшего обсуждения на практическом занятии. В случае необходимости обращаться к преподавателю за консультацией. Полный список литературы по дисциплине приведен в рабочей программе дисциплины.

Подготовка реферата

Реферат является одной из форм рубежной или итоговой аттестации. Данная форма контроля является самостоятельной исследовательской работой. Поэтому недопустимо простое копирование текста из книги, либо же скачивание из сети Интернет готовой работы. Бакалавр должен постараться раскрыть суть в исследуемой проблеме, привести имеющиеся точки зрения, а также обосновать собственный взгляд на нее.

Поэтому требования к реферату относятся, прежде всего, к оформлению и его содержанию, которое должно быть логично изложено и отличаться проблемно-тематическим характером. Помимо четко изложенного и структурированного материала, обязательно наличие выводов по каждому параграфу и общих по всей работе.

Нормативные требования к написанию реферата основываются на следующих принципах:

- Начать рекомендуется с правильной формулировки темы и постановки базовых целей и задач.
- В дальнейшем начинается отбор необходимого материала. Самое главное - "не жадничать" и убирать те данные, которые не смогут раскрыть сущность поставленной цели. Нельзя руководствоваться принципом: «Будет большой объем работы, значит, получу хорошую отметку». Это – неправильно, поскольку требования к реферату ГОСТ не только ограничивают его объем, но и жестко определяют структуру.

Реферат содержит следующие разделы:

1. Введение, включает в себя: актуальность, в которой обосновать свой выбор данной темы; объект; предмет; цель; задачи и методы исследования; практическая и теоретическая значимость работы.

2. Основная часть. В основной части текст обязательно разбить на параграфы и под параграфы, в конце каждого сделать небольшое заключение с изложением своей точки зрения.

Подготовка реферата должна осуществляться на базе тех научных материалов, которые актуальны на сегодняшний день (за 10 последних лет).

3. Заключение.

4. Литература (список используемых источников). Оформлять его рекомендуется с указанием следующей информации: автор, название, место и год издания, наименование издательства и количество страниц.

Требования к реферату по оформлению следующие:

– Делать это рекомендуется только в соответствии с правилами, которые предъявляются в конкретном образовательном учреждении. Речь идет о титульном листе, списке литературы и внешнем виде страницы.

– Особое внимание должно быть уделено оформлению цитат, которые включаются в текст в кавычках, а далее в скобках дается порядковый номер первоисточника из списка литературы и через точку с запятой номер страницы.

– В соответствии с ГОСТ 9327-60 текст, таблицы и иллюстрации обязательно должны входить в формат А4.

– Реферат выполнять только на компьютере. Текст выравнивать по ширине, междустрочный интервал -полтора, шрифт -Times New Roman (14 пт.), параметры полей - нижнее и верхнее - 20 мм, левое -30, а правое -10 мм, а отступ абзаца -1,25 см.

– В тексте обязательно акцентировать внимание на определенных терминах, понятиях и формулах при помощи подчеркивания, курсива и жирного шрифта. Помимо этого, должны выделяться наименования глав, параграфов и подпараграфов, но точки в конце них не ставятся.

Выполнение индивидуальных домашних заданий

Выполнение индивидуальных домашних заданий является одной из основных форм самостоятельной учебной работы обучающихся.

В процессе выполнения домашних заданий осуществляется дальнейшее закрепление и совершенствование умений и навыков, приобретенных на занятии. Бакалавру на выбор предлагается одна из предложенных тем. Индивидуальные домашние задания (ИДЗ) выдаются в начале изучения соответствующих тем.

Содержание индивидуальных домашних заданий

По содержанию задания могут быть связаны с материалом одного только занятия или с материалом ряда занятий (задания к обобщающим занятиям). Они могут включать в себя, как дополнительные задания или как часть основного задания. Домашние задания по своему содержанию могут включать в себя:

1. Усвоение изучаемого материала по учебнику;
2. Выполнение устных заданий;
3. Выполнение письменных заданий
4. Выполнение творческих работ;
5. Проведение наблюдений;

6. Выполнение практических работ;

7. Изготовление таблиц, диаграмм, схем по изучаемому материалу и др.

Подготовка к практическому занятию

Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям

Подготовка к практическому занятию включает следующие элементы самостоятельной деятельности: четкое представление цели и задач его проведения; выделение навыков умственной, аналитической, научной деятельности, которые станут результатом предстоящей работы.

Выработка навыков осуществляется с помощью получения новой информации об изучаемых процессах и с помощью знания о том, в какой степени в данное время студент владеет методами исследовательской деятельности, которыми он станет пользоваться на практическом занятии.

Следовательно, работа на практическом занятии направлена не только на познание студентом конкретных явлений внешнего мира, но и на изменение самого себя.

Второй результат очень важен, поскольку он обеспечивает формирование таких общекультурных компетенций, как способность к самоорганизации и самообразованию, способность использовать методы сбора, обработки и интерпретации комплексной информации для решения организационно-управленческих задач, в том числе находящихся за пределами непосредственной сферы деятельности студента. Процессы и явления, выделяют основные способы доказательства авторами научных работ ценности того, чем они занимаются.

В ходе самого практического занятия студенты сначала представляют найденные ими варианты формулировки актуальности исследования, обсуждают их и обосновывают свое мнение о наилучшем варианте.

Объём заданий рассчитан максимально на 1-2 часа в неделю.

Подготовка к экзамену

Экзамен является традиционной формой проверки знаний, умений, компетенций, сформированных у студентов в процессе освоения всего содержания изучаемой дисциплины. В случае проведения экзамена студент получает баллы, отражающие уровень его знаний.

Правила подготовки к экзаменам:

– Лучше сразу сориентироваться во всем материале и обязательно расположить весь материал согласно экзаменационным вопросам.

– Сама подготовка связана не только с «запоминанием». Подготовка также предполагает и переосмысление материала, и даже рассмотрение альтернативных идей.

– Сначала студент должен продемонстрировать, что он «усвоил» все, что требуется по программе обучения (или по программе данного преподавателя), и лишь после этого он вправе высказать иные, желательно аргументированные точки зрения.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) (включая перечень

программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

Информационные технологии применяются в следующих направлениях:

оформление письменных работ выполняется с использованием текстового редактора;

демонстрация компьютерных материалов с использованием мультимедийных технологий;

использование информационно-справочного обеспечения, такого как: правовые справочные системы (Консультант+ и др.), онлайн словари, справочники (Грамота.ру, Интуит.ру, Википедия и др.), научные публикации.

использование специализированных справочных систем (электронных учебников, справочников, коллекций иллюстраций и фотоизображений, фотобанков, профессиональных социальных сетей и др.).

OpenOffice Ссылка: <http://www.openoffice.org/ru/>

Mozilla Firefox Ссылка: <https://www.mozilla.org/ru/firefox/new/>

Libre Office Ссылка: <https://ru.libreoffice.org/>

Do PDF Ссылка: <http://www.dopdf.com/ru/>

7-zip Ссылка: <https://www.7-zip.org/>

Free Commander Ссылка: <https://freecommander.com/ru>

be Reader Ссылка: <https://acrobat.adobe.com/ru/ru/acrobat/pdf-reader.html>попо

Gimp (графический редактор) Ссылка: <https://www.gimp.org/>

ImageMagick (графический редактор) Ссылка: <https://imagemagick.org/script/index.php>

VirtualBox Ссылка: <https://www.virtualbox.org/>

Adobe Reader Ссылка: <https://acrobat.adobe.com/ru/ru/acrobat/pdf-reader.html>

Операционная система Windows 8.1 Лицензионная версия по договору №471\1 от 11.12.2014 г.

Электронно-библиотечная система Библиокомплектатор

Национальна электронная библиотека - федеральное государственное бюджетное учреждение «Российская государственная библиотека» (ФГБУ «РГБ»)

Редакция Базы данных «ПОЛПРЕД Справочники»

Электронно-библиотечная система «ЛАНЬ»

12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

-компьютерный класс и доступ к сети Интернет (во время самостоятельной подготовки) (должен быть приложен график занятости компьютерного класса);

-проектор, совмещенный с ноутбуком для проведения лекционных занятий преподавателем и презентации студентами результатов работы

-раздаточный материал для проведения групповой работы;

-специализированный спортивный зал (или зал ЛФК) для практических занятий, оборудованный с учетом требований доступной среды .

-спортивный инвентарь: гимнастические коврики, мячи (волейбольные, баскетбольные, тактильные), гимнастические палки, эспандеры, фитболы, сенсорные мячи, массажные валики

-оборудование для контроля: тонометры, пульсоксиметры, спирометры, динамометры (кистевые и становые), гониометры, сантиметровые ленты, секундомеры

13. Особенности организации обучения по дисциплине обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

При необходимости в образовательном процессе применяются следующие методы и технологии, облегчающие восприятие информации обучающимися инвалидами и лицами с ОВЗ:

- создание текстовой версии любого нетекстового контента для его возможного преобразования в альтернативные формы, удобные для различных пользователей;

- создание контента, который можно представить в различных видах без потерь данных или структуры, предусмотреть возможность масштабирования текста и изображений без потери качества;

- создание возможности для обучающихся воспринимать одну и ту же информацию из разных источников – например, так, чтобы лица с нарушением слуха получали информацию визуально, с нарушением зрения – аудиально;

- применение программных средств, обеспечивающих возможность освоения навыков и умений, формируемых дисциплиной, за счет альтернативных способов, в том числе виртуальных лабораторий и симуляционных технологий;

- применение дистанционных образовательных технологий для передачи информации, организации различных форм интерактивной контактной работы обучающегося с преподавателем, в том числе вебинаров, которые могут быть ис-

пользованы для проведения виртуальных лекций с возможностью взаимодействия всех участников дистанционного обучения, проведения практи-

ческих занятий, выступления с докладами и защитой выполненных работ, проведение тренингов, организации коллективной работы;

- применение дистанционных образовательных технологий для организации текущего и промежуточного контроля;

- увеличение продолжительности сдачи обучающимся инвалидом или лицом с

ОВЗ форм промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности их сдачи: зачет и экзамен, проводимый в письменной форме, – не более чем на 90 мин., проводимый в устной форме – не более чем на 20 мин., – продолжительности выступления обучающегося при защите курсовой работы – не более чем на 15 мин.

14. Виды занятий, проводимых в форме практической подготовки

(не предусмотрено при изучении дисциплины)

ФО-26: Рабочая программа дисциплины Б1.О.09.06 «Адаптивная физическая культура»