

**Министерство просвещения Российской Федерации**  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Дагестанский государственный педагогический университет»  
Кафедра теории и методики физической культуры



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Б1.В ЧАСТЬ ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ**  
**ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ**  
**Б1.В.05 АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**Направление подготовки - 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями)**

**Направленность (профиль) – «Физическая культура» и «Дополнительное образование (спортивная подготовка)»**

**Квалификация выпускника: Бакалавр**

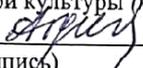
**Формы обучения – очная, заочная**

| Форма обучения | Семестр | Трудоемкость | Виды учебной работы |                |                |                        |    | СРС             | Форма аттестации |
|----------------|---------|--------------|---------------------|----------------|----------------|------------------------|----|-----------------|------------------|
|                |         |              | Лекции              | Практ. занятия | Лабор. занятия | Промежуточный контроль |    |                 |                  |
| очная          | 9       | 108          | 12                  | 36             |                |                        | 60 | Зачет с оценкой |                  |
| заочная        | 9       | 108          | 4                   | 6              |                | 3                      | 95 | Зачет с оценкой |                  |

**Махачкала, 2022**

**Автор рабочей программы дисциплины «Адаптивная физическая культура»:** доцент,  
к.п.н., доцент Чупанова Н.В.

**Программа утверждена на заседаниях:**

кафедры: теории и методики физической культуры (протокол №3 от «12» октября 2022 г.)  
Зав. кафедрой: Абдулаева М.А., к.п.н.  12.10.2022 г.  
(подпись)

Ученом совете факультета ФК и БЖ (протокол №2 от «14» октября 2022 г.)

Председатель совета Исмаилов Ш.О. к.п.н., доцент  14.10.2022г.  
(подпись)

Учебно-методическом совете ДГПУ (протокол № 1 от «20» октября 2022г.)

Председатель совета: Дибиров И.А.  20.10.2022г.  
(подпись)

### 1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**Целью** освоения дисциплины «Адаптивная физическая культура» является формирование знаний, умений, навыков и личностных качеств, характеризующих готовность бакалавра к планированию и достижению профессиональной карьеры.

| <b>Код компетенции</b> | <b>Содержание компетенции</b>  | <b>Индикаторы достижения компетенций</b>  |
|------------------------|--|---|
| ПК-6                   | ПК-6. Способен использовать современные методы и технологии обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья. | ПК-6.1. Знает специальные методики и современные технологии психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.<br>ПК-6.2. Выбирает способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями по вопросам воспитания и обучения детей. |

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина Б1.В.05 «Адаптивная физическая культура» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений (основной профессиональной образовательной программы) подготовки бакалавров по направлению 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки).

Дисциплина Б1.В.05 «Адаптивная физическая культура» базируется на компетенциях, знаниях и умениях, сформированных в ходе изучения дисциплин «Теория и методика физического воспитания», «Инновационные направления физкультурно-оздоровительной деятельности», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена».

Компетенции сформированные в процессе изучения дисциплины необходимы для освоения содержания дисциплин «Теория и методика физического воспитания», «Методика обучения и воспитания физической культуре», «Спортивных дисциплин», выполнения заданий (учебной, производственной практик, научно-исследовательской работы и выпускной квалификационной работы).

### 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций выпускника:  
ПК-6.

В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:

| <b>Код компетенции</b> | <b>Знать</b>                               | <b>Уметь</b>  | <b>Владеть</b>   |   |
|------------------------|--|---|--|---|
| ПК-6                   | Способен использовать современные методы и | Знает специальные методики и современные технологии | Выбирает способы оказания консультативной помощи родителям | Научными знаниями, двигательными умениями и навыками в выполнении |

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
| технологии обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья. | психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. | (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями по вопросам воспитания и обучения детей. | двигательных действий для учащихся с ограниченными возможностями здоровья. |
|---|---|---|--|

#### 4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 часов).  
Дисциплина изучается в 9 семестре

#### ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

| Вид учебной работы  | Трудоёмкость |                           |
|---|--------------|---------------------------|
|   | час.         | В т.ч. по семестрам<br>№9 |
| <b>Общая трудоёмкость</b> дисциплины по учебному плану  | <b>108</b>   | <b>108</b>                |
| <b>1. Контактная работа:</b>  | <b>48</b>    | <b>48</b>                 |
| лекции (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)  | 12           | 12                        |
| практические занятия, семинары и пр. (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)  | 36           | 36                        |
| лабораторные занятия (общее кол-во часов / включая практическую подготовку)   |              |                           |
| курсовое проектирование   |              |                           |
| групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем |              |                           |
| <b>2. Объем самостоятельной работы обучающихся (СРС)</b>  | <b>60</b>    | <b>60</b>                 |
| в том числе часов, выделенных на подготовку к экзамену (зачету)   |              |                           |
| Вид промежуточного контроля:  |              | Зачёт с оценкой           |

#### ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

| Вид учебной работы   | Трудоёмкость |                           |
|--|--------------|---------------------------|
|  | час.         | В т.ч. по семестрам<br>№9 |
| <b>Общая трудоёмкость</b> дисциплины по учебному плану   | <b>108</b>   |                           |
| <b>1. Контактная работа:</b>   |              |                           |
| лекции (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)   | 4            | 4                         |
| практические занятия, семинары и пр. (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)           | 6            | 6                         |
| лабораторные занятия (общее кол-во часов / включая практическую подготовку)                          |              |                           |
| курсовое проектирование  |              |                           |
| групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую |              |                           |

| Вид учебной работы  | Трудоёмкость |                     |
|---|--------------|---------------------|
|   | час.         | В т.ч. по семестрам |
|   |              | №9                  |
| или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем          |              |                     |
| <b>2. Объем самостоятельной работы обучающихся (СРС)</b>        | <b>95</b>    | <b>95</b>           |
| в том числе часов, выделенных на подготовку к экзамену (зачету) |              |                     |
| Вид промежуточного контроля:                                    | 3            | зачёт с оценкой     |

## 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### очная форма обучения

| № п/п | Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля)  | Общая трудоёмкость в акад. часах | Трудоёмкость по видам учебных занятий (в акад. часах) |                |              |           |
|-------|--|----------------------------------|---|----------------|--------------|-----------|
|       |  |                                  | Лек/ пр.подг.   | Лаб / пр.подг. | Пр/ пр.подг. | СР        |
| 1     | Адаптивная физическая культура: цель, содержание, место в системе знаний о человеке      | 18                               | 2   |                | 6            | 10        |
| 2     | Опорные концепции методологии адаптивной физической культуры                             | 18                               | 2   |                | 6            | 10        |
| 3     | Функции адаптивной физической культуры   | 18                               | 2   |                | 6            | 10        |
| 4     | Педагогические и психологические требования к формированию личности аномального человека | 18                               | 2   |                | 6            | 10        |
| 5     | Принципы адаптивной физической культуры  | 18                               | 2   |                | 6            | 10        |
| 6     | Непрерывное физкультурное образование  | 18                               | 2   |                | 6            | 10        |
|       | <i>Зачет с оценкой</i>   |                                  |   |                |              |           |
|       | <b>Итого:</b>  | <b>108</b>                       | <b>12</b>   |                | <b>36</b>    | <b>60</b> |

### Заочная форма обучения

| № п/п | Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля)                                     | Общая трудоёмкость в акад. часах | Трудоёмкость по видам учебных занятий (в акад. часах) |                |              |    |
|-------|---|----------------------------------|---|----------------|--------------|----|
|       |   |                                  | Лек/ пр.подг.   | Лаб / пр.подг. | Пр/ пр.подг. | СР |
| 1     | Адаптивная физическая культура: цель, содержание, место в системе знаний о человеке | 18                               | 2   |                |              | 16 |
| 2     | Опорные концепции   | 18                               |   |                | 2            | 16 |

|   |  |            |          |  |          |           |
|---|--|------------|----------|--|----------|-----------|
|   | методологии адаптивной физической культуры   |            |          |  |          |           |
| 3 | Функции адаптивной физической культуры   | 18         |          |  | 2        | 16        |
| 4 | Педагогические и психологические требования к формированию личности аномального человека | 20         | 2        |  |          | 18        |
| 5 | Принципы адаптивной физической культуры  | 18         |          |  | 2        | 14        |
| 6 | Непрерывное физкультурное образование  | 16         |          |  |          | 15        |
|   | <i>Зачет с оценкой</i>   | <i>3ч.</i> |          |  |          |           |
|   | <b>Итого:</b>  | <b>108</b> | <b>4</b> |  | <b>6</b> | <b>95</b> |

### 5.1. Содержание разделов дисциплины (модуля)

**Тема 1.** Адаптивная физическая культура: цель, содержание, место в системе знаний о человеке.

Цель адаптивной физической культуры

Основные виды адаптивной физической культуры.

Отличие адаптивной физической культуры от медицинской реабилитации.

Сходство и различия адаптивной физической культуры и профилактической медицины.

Определение адаптивного физического воспитания.

Отличительные признаки адаптивного спорта.

Содержание адаптивной физической рекреации.

Понятие адаптивной физической реабилитации.

**Тема 2.** Опорные концепции методологии адаптивной физической культуры

Причины недостаточного развития адаптивной физической культуры в нашей стране.

Категория «целостность организма» и возможности ее применения в адаптивной физической культуре.

Понятие структуры и функции организма человека.

Его роль в объяснении закономерностей адаптивной физической культуры.

Роль реактивности организма при занятиях физическими упражнениями.

Причинно-следственная связь как основа планирования занятий адаптивной физической культурой.

Адаптация и компенсация в теории физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

**Тема 3.** Функции адаптивной физической культуры.

Классификация функции адаптивной физической культуры

Компоненты структуры адаптивной физической культуры.

Сущность и содержание адаптивной физической культуры.

Основа функций адаптивной физической культуры.

Педагогические и социальные функции адаптивной физической культуры  
Содержание учебно-познавательной функции.

Особенности развивающей функции

Коррекционная функция

Профессионально-подготовительная функция

Содержание воспитательной функции.

**Тема 4.** Педагогические и психологические требования к формированию личности аномального человека.

Роль самовоспитания в формировании личности.

Направленность рекреативно-оздоровительного спорта

Направленность спорта высших достижений?

Непременные условия для допуска к занятиям адаптивным спортом трудности освоения техники спортсменом-инвалидом (на примере разных нозологических групп).

Педагогические приемы коррекции и компенсации двигательных нарушений в процессе спортивной тренировки.

Реализация дифференцированного и индивидуализированного подхода в спортивной тренировке

Методы самовоспитания.

**Тема 5.** Принципы адаптивной физической культуры

Понятия «закон», «закономерность», «принцип».

Законы и закономерности дидактики в основе принципов адаптивной физической культуры.

Законы и закономерности дидактики для адаптивной физической культуры.

Социальные принципы физической культуры

«Физкультурное воспитание личности»

Основные идеи, направления и принципы в основе физкультурного воспитания личности

Специфичность социальных принципов адаптивной физической культуры

Понятие «гуманизм» и гуманное отношение к личности инвалида

Пути реализации принципа гуманистической направленности в адаптивной физической культуре

**Тема 6.** Непрерывное физкультурное образование

Роль здоровья и физической подготовленности для инвалида в процессе освоения общечеловеческих культурных ценностей.

Предпосылки и возможности непрерывного физкультурного образования разных нозологических групп инвалидов и лиц с ограниченными возможностями.

Роль адаптивной физической культуры в социализации личности

Факторы, влияющие на процесс социальной адаптации инвалида

Понятия «социальная интеграция» и «интегрированное обучение».

Роль образования, в том числе и физкультурного, в интеграции инвалидов и лиц с ограниченными возможностями в социум

Реализации принципа интеграции в адаптивной физической культуре

Принцип приоритетной роли микросоциума для ребенка с нарушениями в развитии

Роль семьи в социализации личности ребенка.

Негативное влияние социальной изоляции, материнской депривации на воспитание и развитие детей.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

| № п/п | Наименование раздела дисциплины   | Вид самостоятельной работы обучающихся                      |
|-------|---|---|
| 1     | Адаптивная физическая культура: цель, содержание, место в системе знаний о человеке | Конспекты лекций, словарь терминов и понятий или кроссворд. |

|   |  |   |
|---|--|---|
| 2 | Опорные концепции методологии адаптивной физической культуры | Конспекты лекций, словарь терминов и понятий или кроссворд), доклад по теме, тестирование.  |
| 3 | Функции адаптивной физической культуры                       | Конспекты лекций, учебные задания (сообщения по теме)   |
| 4 | Функции адаптивной физической культуры                       | Конспекты лекций, учебные задания (подготовить краткие аннотации трёх научных статей, включая интернет-источники, по теме «Классификации методов в теории физической культуры») |
| 5 | Принципы адаптивной физической культуры                      | Конспекты лекций, учебные задания, доклад по теме занятия   |
| 6 | Непрерывное физкультурное образование                        | Конспекты лекций, учебные задания (эссе, словарь терминов и понятий или кроссворд   |

## 7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 7.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости

| № п/п | Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля)                                     | Средства текущего контроля успеваемости                                 | Перечень компетенций |
|-------|---|---|----------------------|
| 1     | Адаптивная физическая культура: цель, содержание, место в системе знаний о человеке | Конспекты лекций, учебные задания, доклад по теме занятия               | ПК-6                 |
| 2     | Опорные концепции методологии адаптивной физической культуры                        | Конспекты лекций, учебные задания, реферат по теме занятия              | ПК-6                 |
| 3     | Функции адаптивной физической культуры  | Конспекты лекций, учебные задания, тесты по теме занятия                | ПК-6                 |
| 4     | Функции адаптивной физической культуры  | Конспекты лекций, учебные задания, доклад по теме занятия               | ПК-6                 |
| 5     | Принципы адаптивной физической культуры   | Конспекты лекций, учебные задания, тестирование, доклад по теме занятия | ПК-6                 |
| 6     | Непрерывное физкультурное образование   | Конспекты лекций, учебные задания, доклад по теме занятия               | ПК-6                 |

### 7.2. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации

**1. Семестр – 9; форма аттестации – зачет с оценкой.**

**2. Примерный перечень вопросов к зачету.**

1. Адаптация и компенсация в теории ФК для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

2. Развитие спортивных умений и навыков по плаванию с людьми, имеющими отклонения в опорно-двигательном аппарате.

3. Функции адаптивной физической культуры.
4. Специфика методов обучения двигательным действиям детей с нарушением зрения.
5. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике с людьми с нарушениями интеллекта.
6. Категория «целостность организма» и возможности ее применения в АФК.
7. Специально-методические принципы адаптивной физической культуры.
8. Причинно-следственная связь как основа планирования занятий АФК.
9. Средства и методы для коррекции нарушений зрения у слабовидящих.
10. Методы оценки возможностей и перспектив развития аномального ребенка.
11. Организация физкультурно-оздоровительных мероприятий и соревнований среди инвалидов.
12. Содержание и направленность подвижных игр. Роль игры в развитии умственно-отсталого ребенка.
13. Педагогическая функция адаптивного физического воспитания.
14. Современные педагогические технологии в оздоровлении и специальной реабилитации ребенка с проблемами в развитии.
15. Социально-гуманитарные предпосылки форм организации физического воспитания детей с умственной отсталостью.
16. Содержание и задачи АФК.
17. Социальные принципы адаптивной физической культуры.
18. Задачи и содержание физической и психологической реабилитации.
19. Программно-методические рекомендации по физической культуре для учащихся 1-4 классов специальных школ,
20. Организация и проведение занятий по физической культуре в школе для слабослышащих детей.
21. Организация и методика физического воспитания инвалидов с нарушениями интеллекта.
22. Опорные концепции методологии АФК.
23. Общеметодические принципы адаптивной физической культуры.
24. Характеристика здоровья и двигательных нарушений у детей с умственной отсталостью.
25. Функции адаптивной двигательной рекреации.
26. Подготовка, организация, нагрузка в подвижных играх в коррекционных школах.
27. Системы классификации нарушений физического развития и двигательных способностей учащихся специальных школ.
28. Педагогические функции адаптивного физического воспитания.
29. Организация и проведение соревнований по плаванию с людьми с нарушениями интеллекта.
30. Использование и развитие созданных анализаторов у детей с нарушениями зрения.
31. АФК: цель, содержание, место в системе знаний о человеке.
32. Взаимосвязь функций адаптивной физической культуры.
33. Содержание профессиональной реабилитации.
34. Социальная функция адаптивного физического воспитания.
35. Законодательная база физической реабилитации и спорта инвалидов.
36. Структура и содержание физической культуры и спорта для инвалидов.
37. Социальные функции адаптивного спорта.
38. Биологические, психологические, педагогические аспекты игры.

39. Физиологические предпосылки форм организации физического воспитания детей с умственной отсталостью.
40. Распределение школьников по состоянию здоровья на медицинские группы.
41. Задачи физического воспитания учащихся в СМГ.
42. Основные документы в учебной работе в СМГ.
- Контроль и тестирование в СМГ.
43. Комплектование в специальных медицинских группах.
44. Подготовительный и основной период занятий со школьниками в СМГ схема построения урока.
45. Ведущие принципы в работе с учащимися в СМГ.
46. Педагогический контроль за интенсивностью физической нагрузки на уроках в СМГ.
47. Важность домашнего задания по физической культуре для учащихся с ослабленным здоровьем.
48. Работа школы, семьи и врачебно-физкультурного диспансера по физическому воспитанию ослабленных школьников.

**3. Перечень компетенций и индикаторов их достижения, описание критериев оценивания компетенций представляются в таблице**

| Код компетенции, индикаторы достижения компетенции (ИДК)   | Уровни освоения компетенций  |   |  |   |
|--|--|---|--|---|
|  | Продвинутый  | Базовый   | Пороговый  | Не освоены компетенции  |
|  | «отлично»  | «хорошо»  | «удовлетворительно»  | «неудовлетворительно»   |
|  | «зачтено»  |   |  | «не зачтено»  |
| ПК-6<br>ПК-6.1. Знает специальные методики и современные технологии психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями и здоровья | Знает специальные методики и современные технологии психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья | Знает специальные методики и современные технологии психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, но не может последовательно их использовать | Не точно может определять специальные методики и современные технологии психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья | Не знает специальные методики и современные технологии психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья |
| ПК-6.2. Выбирает способы оказания  | Может оказывать консультативную помощь   | Частично знает способы оказания   | Не все способы оказания консультативной помощи   | Не знает и не может подобрать способы оказания консультативной помощи   |

|  |   |  |  |   |
|--|---|--|--|---|
| консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями и по вопросам воспитания и обучения детей. | родителям (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями по вопросам воспитания и обучения детей. | консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями и по вопросам воспитания и обучения детей. | родителям (законным ) обучающихся с особыми образовательными потребностями по вопросам воспитания и обучения детей доступны и реализованы. | родителям (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями по вопросам воспитания и обучения детей. |
|--|---|--|--|---|

## **8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

### **8.1. Перечень основной учебной литературы**

1. Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учебн. пособие. — М.: Советский спорт, 2000. — 240 с.: ил.
2. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура: Пособие по ЛФК М.: Просвещение, 2011. 139с.
3. Курдыбайло С.Ф., Евсеев С.П., Герасимова Г.В. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: Учебное пособие. /Под редакцией д.м.н. С.Ф.Курдыбайло. М.: Советский спорт, 2003. 184 с.
4. Литош Н.Л. АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии: Учебное пособие. М.: Спорт-Академ-Пресс, 2002. 140 с.
5. Правосудов В.П. Учебник инструктора по лечебной физической культуре: Учебник для институтов физической культуры М.: Физкультура и спорт, 2009. - 34с.
6. Шапкова Л.В. Средства адаптивной физической культуры: Методические рекомендации по физкультурно-оздоровительным занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии. М.: Советский спорт, 2001. 152 с.
7. Частные методики адаптивной физической культуры. Учебник. Под общ. ред. проф. Л.В. Шапковой. М.: Советский спорт, 2007. 608 с.

### **8.2. Перечень дополнительной учебной литературы**

1. Ланда Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности [Текст] / Б. Х. Ланда - Москва: Издательство Советский спорт. - 2005. - 192с.
2. Менхин Ю.В., Менхин А.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика. Ростов н/Д.: Феникс, 2002.-384с.
3. Муравов И. В. Оздоровительные эффекты физической культуры и спорта [Текст] / И. В. Муравов - Киев: Издательство Здоровье. -1989.-272с.
4. Носов В.В. Основные упражнения баскетболиста на начальном этапе обучения: Методические указания. - Ульяновск: УлГТУ, 2006. - 30 с.
5. Попова Е.Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике [Текст] / Е.Г. Попова - Москва: Издательство Терра-Спорт. - 2000. - 72 с.

6. Рубцова И.В., Кубышкина Е.В., Алаторцева Е.В., Готовцева Я.В. Оптимальная двигательная активность: Учебно-методическое пособие. - Воронеж: ИПЦ ВГУ, 2007. - 23с.

### **8.3. Перечень Интернет-ресурсов, необходимых для освоения дисциплины (модуля).**

1. Научная электронная библиотека - [elibrary.ru](http://elibrary.ru)
2. Открытая электронная библиотека. – URL: <http://orel.rsl.ru>
3. Электронно-библиотечная система – ЭБС - [iprbookshop.ru](http://iprbookshop.ru)
4. Фундаментальная библиотека ДГПУ - <http://lib.dspu.ru>
5. [www.scienceread.ru](http://www.scienceread.ru) - новости науки: научные открытия, достижения науки, открытия ученых.
6. [www.sciam.ru](http://www.sciam.ru) - журнал «В мире науки».
7. [www.gumer.info](http://www.gumer.info) - электронная библиотека Гумер.
8. [www.zipsites.ru](http://www.zipsites.ru) - бесплатная электронная Интернет библиотека.
9. <http://www.medlit.ru/medrus/gigien.htm> - электронная версия журнала «Гигиена и санитария».
10. <http://lib.sportedu.ru> - Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту.
11. [www.fismag.ru](http://www.fismag.ru) - сайт журнала «Физкультура и спорт»

### **8.4. Перечень информационных технологий и программного обеспечения**

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходимо использование следующего лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

1. Microsoft PowerPoint
2. Microsoft Word

### **9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходима следующая материально-техническая база:

1. Научно-методическая литература
2. Учебные пособия по предмету.
3. Наглядные материалы
4. Лекционный материал
5. Тесты

### **10. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

Приступая к изучению дисциплины, обучающимся целесообразно ознакомиться с ее рабочей программой, учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке университета, а также с предлагаемым перечнем заданий.

#### **Рекомендации по подготовке к аудиторным занятиям**

##### **Лекционные занятия**

Умение сосредоточенно слушать лекции, активно воспринимать излагаемые сведения – это важнейшее условие освоения данной дисциплины. Каждая из лекций сопровождается компьютерной презентацией. Кроме того, в конце каждой лекции с целью создания условий для осмысления содержания лекционного материала обучающимся предлагается ответить на вопрос для размышления. Краткие записи лекций, их конспектирование помогает усвоить материал. Поэтому в ходе лекционных занятий

необходимо вести конспектирование учебного материала, обращая внимание на самое важное и существенное в нем. Имеет смысл оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки, замечания, дополнения. Целесообразно разработать собственную "маркографию" (значки, символы), сокращения слов.

#### **Практические занятия**

В ходе подготовки к практическим занятиям необходимо изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д. При этом важно учитывать рекомендации преподавателя и требования учебной программы. Важно также опираться на конспекты лекций. В ходе занятия важно внимательно слушать выступления своих однокурсников. При необходимости задавать им уточняющие вопросы, активно участвовать в обсуждении изучаемых вопросов. В ходе своего выступления целесообразно использовать как технические средства обучения, так и традиционные, то есть доску и мел (при необходимости).

#### **Организация внеаудиторной деятельности обучающихся**

Внеаудиторная деятельность обучающегося по данной дисциплине предполагает самостоятельный поиск информации, необходимой, во-первых, для выполнения заданий самостоятельной работы (инвариантной и вариативной частей) и, во-вторых, подготовку к текущей и промежуточной аттестации. Успешная организация времени по усвоению данной дисциплины во многом зависит от наличия у обучающегося умения самоорганизовать себя и своё время для выполнения предложенных домашних заданий.

#### **Подготовка к зачету (экзамену)**

В процессе подготовки к зачету обучающемуся рекомендуется так организовать свою учебу, чтобы все виды работ и заданий, предусмотренные рабочей программой, были выполнены в срок. Основное в подготовке к зачету - это повторение всего материала учебной дисциплины. В дни подготовки к зачету необходимо избегать чрезмерной перегрузки умственной работой, чередуя труд и отдых. При подготовке к сдаче зачета старайтесь весь объем работы распределять равномерно по дням, отведенным для подготовки к зачету, контролировать каждый день выполнения работы. Лучше, если можно перевыполнить план. Тогда всегда будет резерв времени. При подготовке к зачету целесообразно повторять пройденный материал в строгом соответствии с учебной программой, примерным перечнем учебных вопросов, заданий, которые выносятся на зачет и содержащихся в данной программе.

## **11. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Под специальными условиями для получения образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья понимаются условия обучения, воспитания и развития таких студентов, включающие в себя использование при необходимости адаптированных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего необходимую помощь, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий, обеспечение доступа в здания вуза и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Обучение в рамках учебной дисциплины обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Обучение по учебной дисциплине обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах.

В целях доступности обучения по дисциплине обеспечивается:

1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- наличие альтернативной версии официального сайта института в сети «Интернет» для слабовидящих;

- весь необходимый для изучения материал, согласно учебному плану (в том числе, для обучающихся по индивидуальным учебным планам) предоставляется в электронном виде на диске.

- индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

- обеспечение возможности выпуска альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

- обеспечение доступа обучающегося, являющегося слепым и использующего собаку-проводника, к зданию института.

2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- наличие микрофонов и звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования (аудиоколонки);

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, материально-технические условия должны обеспечивать возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, столовые, туалетные и другие помещения организации, а также пребывания в указанных помещениях (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов и других приспособлений).

Перед началом обучения могут проводиться консультативные занятия, позволяющие студентам с ограниченными возможностями адаптироваться к учебному процессу.

В процессе ведения учебной дисциплины профессорско-преподавательскому составу рекомендуется использование социально-активных и рефлексивных методов обучения, технологий социокультурной реабилитации с целью оказания помощи обучающимся с ограниченными возможностями здоровья в установлении полноценных межличностных отношений с другими обучающимися, создании комфортного психологического климата в учебной группе.

Особенности проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и другое). При необходимости предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.

## **АННОАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ: «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**1. Цель освоения дисциплины «Адаптивная физическая культура»:** формирование знаний, умений, навыков и личностных качеств, характеризующих готовность бакалавра к планированию и достижению профессиональной карьеры.

**2. Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина Б1.В.05 «Адаптивная физическая культура» относится к вариативной части и части формируемой участниками образовательных отношений (основной профессиональной образовательной программы) подготовки бакалавров по направлению 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки).

**3. Требования к результатам освоения дисциплины (модуля):**

| Код компетенции | Содержание компетенции   | Индикаторы достижения компетенций  |
|-----------------|--|--|
| ПК-6            | ПК-6. Способен использовать современные методы и технологии обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья. | <p>ПК-6.1. Знает специальные методики и современные технологии психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>ПК-6.2. Выбирает способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями по вопросам воспитания и обучения детей.</p> |

**4. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы (108 часов).**

**5. Семестр: 9**

**6. Основные разделы дисциплины (модуля):**

1. Адаптивная физическая культура: цель, содержание, место в системе знаний о человеке
2. Опорные концепции методологии адаптивной физической культуры
3. Функции адаптивной физической культуры
4. Педагогические и психологические требования к формированию личности аномального ребенка.
5. Принципы адаптивной физической культуры
6. Непрерывное физкультурное образование

**7. Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации: зачет с оценкой.**

**8. Автор: Чупанова Н.В., доцент кафедры ТиМФК**