

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Наумова Наталия Александровна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 24.10.2024 14:21:41  
Уникальный программный ключ:  
6b5279da4e034bfff679172803da5b7b559fc69e7

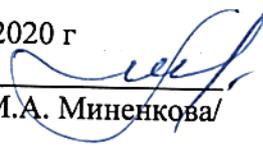
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
Государственное образовательное учреждение высшего образования Московской области  
МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБЛАСТНОЙ УНИВЕРСИТЕТ  
(МГОУ)

Факультет физической культуры  
Кафедра оздоровительной и адаптивной физической культуры

Согласовано управлением организации  
и контроля качества образовательной  
деятельности

« 10 » 06 2020 г

Начальник управления

  
/М.А. Миненкова/

Одобрено учебно-методическим советом

Протокол « 10 » 06 2020 г. № 11

Председатель

  
/Г.Е. Суелин/



Рабочая программа дисциплины  
Адаптивная физическая культура

Направление подготовки  
44.03.01 Педагогическое образование

Профиль:

Физическая культура

Квалификация

Бакалавр

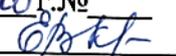
Форма обучения

Очная

Согласовано учебно-методической  
комиссией факультета физической культуры:

Протокол « 10 » 06 2020 г. №

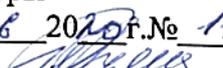
Председатель УМКом

  
/ Е.В. Крякина /

Рекомендовано кафедрой  
оздоровительной и адаптивной  
физической культуры

Протокол « 10 » 06 2020 г. № 11

И.о. зав. кафедрой

  
/ И.В. Кулишенко /

Мытищи  
2020

Авторы-составители:

Корнилов А.Н. – к.п.н., доцент кафедры оздоровительной и адаптивной физической культуры МГОУ

Семенова С.А. - к.п.н., доцент кафедры оздоровительной и адаптивной физической культуры МГОУ

Рабочая программа дисциплины «Адаптивная физическая культура» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование», утвержденного приказом МИНОБРНАУКИ РОССИИ от 22.02.2018 №121

Год набора 2020

## Содержание

1. Планируемые результаты обучения	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы	5
3. Объем и содержание дисциплины	5
4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся	7
5. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине	9
6. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины.	32
7. Методические указания по освоению дисциплины	32
8. Информационные технологии для осуществления образовательного процесса по дисциплине	32
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины	34

# 1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

## 1.1. Цель и задачи дисциплины

### Цель освоения дисциплины

Цель дисциплины ознакомить студентов с основными закономерностями, принципами и методиками адаптивной физической культуры с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и инвалидами по зрению, слуху, с нарушениями интеллекта, речевых функций, поражением опорно-двигательного аппарата; использовать полученные знания в своей практической деятельности при разработке корригирующих, реабилитационных, оздоровительных и тренировочных программ.

### Задачи дисциплины:

- ознакомить студентов с основными направлениями фундаментальных знаний в области адаптивной физической культуры;
- дать студентам достаточные знания о современных подходах в области адаптивной физической культуры и обеспечить целостное осмысление профессиональной деятельности, методологических подходов, общих закономерностей данного вида социальной практики;
- сформировать у студентов профессиональное мировоззрение, познавательную активность и интерес к проблемам адаптивной физической культуры, основанные на личностно-ориентированной и аксиологической концепции отношения к инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья;
- обеспечить освоение студентами опыта эмоционально-ценностного отношения к адаптивной физической культуре для действенной и эффективной реализации процессов комплексной реабилитации инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья и их социальной интеграции.

## 1.2. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины у обучающихся формируются следующие компетенции:

**ПК-1** Способен осуществлять профессиональную деятельность, направленную на достижение образовательных результатов обучающихся в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов

**ПК-8** Готов к разработке (совместно с другими специалистами) и реализации совместно с родителями (законными представителями) программ индивидуального развития обучающегося

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Преподавание дисциплины «Адаптивная физическая культура» строится на основе следующих знаний и умений, ранее полученных студентами при изучении физиологии человека, физиологии спорта, психологии

физической культуры, теории и методики физической культуры и спорта, биохимии человека, лечебной физической культуры.

Студент должен продемонстрировать знания:

- об организации адаптивной физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов,
- о современных средствах, методах и оздоровительных технологиях, используемых при работе с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья и развитии;
  - о возрастно-половых физиологических и функциональных особенностях лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;
  - об организации физического воспитания различных нозологических групп населения;
  - об организации различных форм физкультурно-оздоровительных занятий лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.

### **3. ОБЪЕМ И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Объем дисциплины**

<b>Показатель объема дисциплины</b>	<b>Форма обучения</b>
	<b>Очная</b>
Объем дисциплины в зачетных единицах	3
Объем дисциплины в часах	108
Контактная работа:	42,3
Лекции	14
Практические занятия	14
Лабораторные работы	12
Контактные часы на промежуточную аттестацию:	2,3
Предэкзаменационная консультация	2
Экзамен	0,3
Самостоятельная работа	56
Контроль	9,7

**Форма промежуточной аттестации:**

для очной формы - экзамен в 7-ом семестре.

### 3.2.Содержание дисциплины

Наименование тем дисциплины и их краткое содержание	Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия
<p><b>Тема 1. Теоретико-методологические основы Адаптивной физической культуры</b>            Понятие АФК, направления, средства и методы АФК, особенности, принципы, особенности классификации физических упражнений, дыхательные упражнения.</p>	2	2	2
<p><b>Тема 2. Виды физкультурно-спортивной деятельности в АФК.</b>            Краткая характеристика видов оздоровительной гимнастики (зрительной, дыхательной, антистрессовой и т.д.), видов деятельности с вязанных со взаимодействием человека и животного, виды деятельности в воде, адаптивного туризма, методика использования экстремальных и креативных видов деятельности</p>	4	4	4
<p><b>Тема 3. Организация занятий со специальными медицинскими группами</b>            Принципы комплектования специальных медицинских групп, особенности программ физического воспитания, способы организации занятий, методика проведения занятий по различным разделам программы физического воспитания в зависимости от нозологии, выбор средств и методов. Средства и методы контроля за занимающимися.</p>	4	4	4
<p><b>Тема 4. Организация секционной работы по видам адаптивного спорта</b>            Значение адаптивного спорта в расширении двигательного опыта и социализации инвалидов. Краткая характеристика различных направлений адаптивного спорта для развития необходимых психо-физических качеств и способностей.</p>	2	2	2
<p><b>Тема 5. Особенности проведения занятий с лицами пожилого возраста</b>            Физкультурные занятия в программе «Активное долголетие». Возрастные физиологические изменения в организме человека и их учет в занятиях физическими упражнениями. Оценка адаптационного потенциала и определение функционального класса занимающихся. Суть адаптивного подхода при проведении занятий физическими упражнениями с людьми, имеющими комплексные нарушения в состоянии здоровья.</p>	2	2	
<p><b>Итого</b></p>	14	14	12

## 4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Организация самостоятельной работы студентов

Темы для самостоятельного изучения	Изучаемые вопросы	Количество часов	Формы самостоятельной работы	Методическое обеспечение	Формы отчетности
Теоретические и методические основы адаптивной физической культуры	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. История развития АФК.</li> <li>2. Особенности развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</li> <li>3. Физические упражнения как основное средство АФК</li> <li>4. Инвентарь и оборудование для проведения занятий АФК (фитбол, тренажер Агашина, пилатес-мат и др)</li> </ol>	8	Подготовка к устному опросу Подготовка реферата Выполнение практического задания по классификации физических упражнений. Подготовка презентаций	Рекомендованная литература	Устный опрос Реферат Контрольная работа Презентация
Оздоровительная гимнастика в АФК	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Организация двигательного режима образовательного учреждения (формы гигиенической гимнастики).</li> <li>2. Оздоровительные системы гимнастики - содержание и методика проведения для различных нозологических групп.</li> <li>3. Физические упражнения, в воде</li> <li>4. Креативные и экстремальные виды деятельности</li> <li>5. Адаптивный туризм</li> </ol>	14	Подготовка к устному опросу Подготовка реферата Разработка комплексов упражнений Подготовка презентаций	Рекомендованная литература	Устный опрос Реферат Комплексы упражнений Презентация
Проведение занятий для специальных медицинских групп	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методические особенности проведения физкультурных занятий в специальных медицинских группах</li> <li>2. Содержание программного материала и его отличие от основных программ физического воспитания</li> <li>3. Применение средств из различных оздоровительных систем гимнастики в уроке физической культуры для специальных медицинских групп</li> <li>4. Применение дыхательных упражнений на занятиях</li> </ol>	14	Подготовка к устному опросу Подготовка реферата Написание конспекта урока Подготовка презентаций	Рекомендованная литература	Устный опрос Реферат Конспект урока и проведение занятия Презентация
Адаптивный спорт как вид физкультурно-спортивной деятельности	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Особенности обучения двигательным действиям в различных видах адаптивного спорта</li> <li>2. Инвентарь и оборудование для проведения занятий.</li> <li>3. Правила проведения соревнований</li> </ol>	10	Подготовка к устному опросу Подготовка реферата  Подготовка презентаций	Рекомендованная литература	Устный опрос Реферат Презентация

	4. Спортивно-функциональная классификация				
Особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий у пожилых лиц, имеющих множественные отклонения в состоянии здоровья	1. Определение допустимой нагрузки. 2. Выбор средств и методов для проведения занятий с учетом проведенной диагностики функционального состояния 3. Рекомендации по видам физкультурно-спортивной деятельности	10	Подготовка к устному опросу Подготовка реферата Подготовка к контрольной работе Подготовка презентаций	Рекомендованная литература	Устный опрос Реферат Контрольная работа Презентация

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Выпускник по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура» с квалификацией (степенью) «бакалавр» должен обладать следующими компетенциями:

### 5.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код и наименование компетенций	Этапы формирования
<b>ПК-1</b> Способен осуществлять профессиональную деятельность, направленную на достижение образовательных результатов обучающихся в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа
<b>ПК-8</b> Готов к разработке (совместно с другими специалистами) и реализации совместно с родителями (законными представителями) программ индивидуального развития обучающегося	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа

### 5.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах формирования, описание шкал оценивания

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания
<b>ПК-1</b>	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа.	Знать:  - основы теории и методики физического воспитания в АФК - основы видов адаптивного спорта, входящих в программу обучения различных категорий населения. Уметь:  - использовать в процессе обучения современные виды спорта и оздоро-	Текущий контроль: Устный опрос Реферат Контрольная работа Презентация  Промежуточный контроль:	<b>51-70</b>

			вительные технологии	Экзамен	
	Продвину- тый	1.Работа на учебных занятиях  2.Самостоятельная работа.	Уметь:  - разрабатывать учебные программы по предмету физическая культура на основе государственных образовательных стандартов  - реализовывать учебные программы в зависимости от возраста и двигательной подготовленности обучающихся;  Владеть:  - навыками разработки и осуществления учебно-воспитательного процесса в системе общего образования по предмету «физическая культура».	Текущий контроль: Устный опрос Реферат Контрольная работа Презентация  Промежуточный контроль:  Экзамен	<b>71-100</b>
<b>ПК-8</b>	Пороговый	1.Работа на учебных занятиях  2.Самостоятельная работа.	Знать:  - современные средства и методы обучения и воспитания; - современные виды спорта и особенности соревновательной деятельности; -особенности индивидуального обучения различных категорий обучающихся - современные оздоровительные технологии.  Уметь:  - использовать средства и методы обучения и воспитания, исходя их индивидуальных особенностей обучающихся	Текущий контроль: Устный опрос Реферат Контрольная работа Презентация  Промежуточный контроль:  Экзамен	<b>51-70</b>
	Продвину- тый	1.Работа на учебных занятиях  2.Самостоятельная работа.	Уметь:  - планировать и осуществлять индивидуальную работу с обучающимися;  - использовать современные средства физической культуры и спорта, оздоровительные технологии, исходя их индивидуальных особенностей обучающихся;  Владеть:  - способами индивидуального обучения; - навыками реализации индивидуального обучения для различных возрастно-половых и нозологических групп обучающихся.	Текущий контроль: Устный опрос Реферат Контрольная работа Презентация  Промежуточный контроль:  Экзамен	

### **5.3. 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**

#### **ВОПРОСЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ (Устный опрос)**

1. Какие вы знаете основные образовательные программы по адаптивной физической культуре.
2. Раскройте взаимосвязь понятий «физическая культура», «адаптивная физическая культура».
3. Цели и задачи адаптивной физической культуры их взаимосвязь с традиционными задачами физической культуры.
4. Раскройте суть компенсаторных задач адаптивной физической культуры.
5. Раскройте суть коррекционных задач адаптивной физической культуры.
6. Раскройте суть развивающих задач адаптивной физической культуры.
7. Раскройте суть образовательных задач адаптивной физической культуры.
8. Роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и развитии.
9. В каких учреждениях, ведомствах, организациях может работать специалист по адаптивной физической культуре.
10. Факторы, влияющие на постановку цели, задач и выбор средств и методов в адаптивной физической культуре.
11. Перечислите основные направления адаптивной физической культуры, охарактеризуйте специфику каждого из этих направлений.
12. Отличительные черты адаптивного спорта
13. Учреждения, реализующие программы адаптивного физического воспитания.
14. Отличительные особенности уроков по физической культуре от занятий ЛФК в коррекционной школе-интернате.
15. Назовите типы коррекционных школ.
16. Перечислите основные методические особенности проведения занятий для лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья.
17. Раскройте особенности детей с умственной отсталостью.
18. Какие проблемы испытывают люди с нарушениями зрения
19. Чем обычно сопровождается потеря слуха
20. Ампутация конечностей и ее влияние на организм человека.
21. Особенности здоровья и двигательного развития у лиц с ДЦП
22. Назовите типичные двигательные расстройства, характерные для инвалидов различных нозологических групп.
23. Этапы становления адаптивного физического воспитания в России
24. История возникновения и развития адаптивного спорта
25. Предпосылки для развития Адаптивной физической культурой.
26. Различия понятий ЛФК и АФК
27. Педагогические функции АФК
28. Социальные функции АФК
29. Профилактическая функция АФК
30. Творческая функция АФК
31. Рекреативная функция АФК и ее реализация в различных видах физкультурно-спортивной деятельности

32. Охарактеризуйте виды деятельности, связанные со взаимодействием человека и животного.
33. Особенности иппотерапии.
34. Преимущества занятий в воде
35. Особенности проведения занятий
36. Методические требования к проведению гигиенической гимнастики
37. Антистрессовая пластическая гимнастика (описание и методика).
38. Средства аэробики, их применение в оздоровительной тренировке и реабилитации
39. Методы расслабления
40. Понятие и краткая характеристика основных видов оздоровительной гимнастики
41. Методика освоения дыхательной гимнастикой Стрельниковой
42. Дыхательные практики в АФК
43. Применение дыхательных упражнений в АФК
44. Виды физкультурных минуток и методика их проведения
45. Механизм действия и область применения тренажера Агашина
46. Использование фитбола в физкультурных занятиях с различным контингентом
47. Зрительные практики в АФК
48. Оздоровительный стретчинг (определение, эффекты, методика проведения)
49. Метод «Ключ» Хасая Алиева
50. Средства и методы воздействия на глубокие мышцы позвоночника и конечностей
51. АПП в образовательных учреждениях
52. Пилатес в АФК
53. Применение упражнений на нестабильной опоре в АФК.
54. Дозировка нагрузки в аэробике
55. Адаптивный подход в проведении физкультурных занятий
56. Технологический подход в АФК
57. Классификация дыхательных упражнений
58. Определение и характеристика функционального класса для занятий физическими упражнениями
59. Классификация физических упражнений
60. Понятие и классификация Адаптивного спорта
61. Классификация физических и психофизических качеств и тесты для их оценки
62. Соревновательная деятельность в адаптивном спорте
63. Использование физических свойств воды на тело человека в процессе физкультурных занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья
64. Классификация спортсменов в адаптивном спорте
65. Туризм в АФК
66. Экстремальные виды физкультурно-спортивной деятельности в АФК
67. Понятие физической рекреации и ее отличительные черты
68. Виды и содержание контроля в АФК.
69. Принципы комплектования специальных медицинских групп
70. Особенности проведения занятий для детей с заболеваниями ОДА
71. Особенности проведения занятий для детей с заболеваниями ССС и ДС
72. Выбор и применение силовых упражнений в АФК

**Примерный тесты для текущего контроля (подбирается 20 тестов по тематике изученного материала):**

**Могут быть все ответы правильные, может не быть правильных ответов, может быть 1 или 2 ответа правильными)**

**При заболеваниях ОДА рекомендуют:**

- А) Аэробику;
- Б) Калланетику;
- В) Пилатес.

**Нагрузка при работе на тренажере Агашина определяется:**

- А) Частотой колебаний.
- Б) Исходным положением.
- В) Длиной тренажера.

**Джозеф Пилатес в своей системе оздоровления применял:**

- А) Специальные упражнения на задержку дыхания;
- Б) Тонусные столы-трансформеры;
- В) постизометрическую релаксацию;

**Фитбол может использоваться:**

- А) как средство для изотонической тренировки.
- Б) как средство для воздействия на мышцы стабилизаторы
- В) как средство для разгрузки ОДА

**Критерии оценки тестов**

За каждый правильный ответ 1 балл.

## **ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ**

1. История возникновения и развития Адаптивной физической культуры.
2. Адаптивное физическое воспитание как вид адаптивной физической культуры.
3. Адаптивный спорт как вид адаптивной физической культуры.
4. Адаптивная двигательная рекреация как вид адаптивной физической культуры.
5. Креативные (художественно-музыкальные) и экстремальные виды адаптивной физической культуры. Возможности и перспективы.
6. Организация адаптивной физической культуры (в России и зарубежом).
7. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре
8. Материально-техническое обеспечение в адаптивной физической культуре.
9. Развитие физических качеств и способностей занимающихся в адаптивной физической культуре.
10. Планирование и комплексный контроль за состоянием занимающихся.
11. Адаптивное физическое воспитание в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях.
12. Организация и управление адаптивным спортом
13. Применение нестандартного оборудования в АФК

14. Особенности проведения физкультурных занятий в костюмах «Адели», «Гравистат», «Спираль»
15. Система многолетней подготовки спортсменов в адаптивном спорте

**Задание** Разработать комплексы упражнений из (пилатес, аэробика, волновая гимнастика, изотоническая гимнастика и т.д.) с целью решения коррекционных, реабилитационных, развивающих и др задач АФК).

#### **Критерии и показатели, используемые при оценивании комплекса упражнений**

- Соответствие упражнений выбранной системе оздоровительной гимнастики
- Соблюдение структуры занятия
- Соответствие подобранных упражнений и оборудования, поставленным целям и задачам.
- Широта используемых упражнений
- Грамотность методических указаний выполнения упражнений

#### **ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ**

1. Перечислите основные направления адаптивной физической культуры, охарактеризуйте специфику каждого из этих направлений.
2. Отличительные черты адаптивного спорта
3. Учреждения, реализующие программы адаптивного физического воспитания.
4. Отличительные особенности уроков по физической культуре от занятий ЛФК в коррекционной школе-интернате.
5. Назовите типы коррекционных школ.
6. Перечислите основные методические особенности проведения занятий для лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья.
7. Раскройте особенности детей с умственной отсталостью.
8. Какие проблемы испытывают люди с нарушениями зрения
9. Чем обычно сопровождается потеря слуха
10. Ампутация конечностей и ее влияние на организм человека.
11. Особенности здоровья и двигательного развития у лиц с ДЦП
12. Назовите типичные двигательные расстройства, характерные для инвалидов различных нозологических групп.
13. Методика освоения дыхательной гимнастикой Стрельниковой
14. Дыхательные практики в АФК
15. Применение дыхательных упражнений в АФК
16. Виды физкультурных минуток и методика их проведения
17. Механизм действия и область применения тренажера Агашина
18. Использование фитбола в физкультурных занятиях с различным контингентом
19. Зрительные практики в АФК
20. Оздоровительный стретчинг (определение, эффекты, методика проведения)
21. Метод «Ключ» Хасая Алиева
22. Средства и методы воздействия на глубокие мышцы позвоночника и конечностей
23. АПП в образовательных учреждениях

24. Пилатес в АФК
25. Этапы становления адаптивного физического воспитания в России
26. История возникновения и развития адаптивного спорта
27. Предпосылки для развития Адаптивной физической культурой.
28. Различия понятий ЛФК и АФК
29. Педагогические функции АФК
30. Социальные функции АФК
31. Профилактическая функция АФК
32. Творческая функция АФК
33. Рекреативная функция АФК и ее реализация в различных видах физкультурно-спортивной деятельности
34. Какие вы знаете основные образовательные программы по адаптивной физической культуре.
35. Раскройте взаимосвязь понятий «физическая культура», «адаптивная физическая культура».
36. Цели и задачи адаптивной физической культуры их взаимосвязь с традиционными задачами физической культуры.
37. Раскройте суть компенсаторных задач адаптивной физической культуры.
38. Раскройте суть коррекционных задач адаптивной физической культуры.
39. Раскройте суть развивающих задач адаптивной физической культуры.
40. Раскройте суть образовательных задач адаптивной физической культуры
41. Роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и развитии.
42. В каких учреждениях, ведомствах, организациях может работать специалист по адаптивной физической культуре.
43. Факторы, влияющие на постановку цели, задач и выбор средств и методов в адаптивной физической культуре.
44. Охарактеризуйте виды деятельности, связанные со взаимодействием человека и животного.
45. Особенности иппотерапии.
46. Преимущества занятий в воде
47. Классификация физических упражнений
48. Понятие и классификация Адаптивного спорта
49. Классификация физических и психофизических качеств и тесты для их оценки
50. Соревновательная деятельность в адаптивном спорте
51. Использование физических свойств воды на тело человека в процессе физкультурных занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья
52. Классификация спортсменов в адаптивном спорте
53. Туризм в АФК
54. Экстремальные виды физкультурно-спортивной деятельности в АФК
55. Понятие физической рекреации и ее отличительные черты
56. Виды и содержание контроля в АФК.
57. Особенности проведения занятий
58. Методические требования к проведению гигиенической гимнастики
59. Антистрессовая пластическая гимнастика (описание и методика).
60. Средства аэробики, их применение в оздоровительной тренировке и реабилитации
61. Методы расслабления
62. Понятие и краткая характеристика основных видов оздоровительной гимнастики

63. Применение упражнений на нестабильной опоре в АФК.
64. Дозировка нагрузки в аэробике
65. Адаптивный подход в проведении физкультурных занятий
66. Технологический подход в АФК
67. Классификация дыхательных упражнений
68. Определение и характеристика функционального класса для занятий физическими упражнениями
69. Принципы комплектования специальных медицинских групп
70. Особенности проведения занятий для детей с заболеваниями ОДА
71. Особенности проведения занятий для детей с заболеваниями ССС и ДС
72. Выбор и применение силовых упражнений в АФК
73. Программы специальной олимпиады
74. Формы организаций занятий в различных направлениях АФК
75. Координационные способности в АФК

### **ТЕМЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ ПРЕЗЕНТАЦИЙ**

1. Дельфинотерапия
2. Лечебная верховая езда
3. Характеристика вида адаптивного спорта (по выбору). Например: «пулевая стрельба для лиц с нарушением зрения», «Легкая атлетика для лиц с ампутацией конечностей» и т.д.
4. Сказкотерапия
5. Функциональные петли TRIX в АФК
6. Обучение плаванию инвалидов различных групп
7. Организация туристических маршрутов для лиц с ограниченными возможностями здоровья
8. Антистрессовая пластическая гимнастика для лиц пожилого возраста
9. История применения физических упражнений в лечебно-коррекционных целях.
10. Инвентарь и оборудование для проведения физкультурных занятий при нарушениях зрения
11. Инвентарь и оборудование для проведения физкультурных занятий при нарушениях функции опоры и передвижения.
12. Сенсорные комнаты их разновидности, функции, методика проведения занятий
13. Роботизированная механотерапия в АФК
14. Дыхательные тренажеры
15. Офтальмо-тренажеры

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

Распределение баллов по видам работ:

Название компонента	Распределение баллов
Работа на занятии	до 5
Комплекс упражнений	до 10
Реферат	до 30
Презентация	до 30
Конспект урока	до 20
Тестирование	до 20
Экзамен	до 40

\*Выделенные разделы являются обязательными к исполнению

## Критерии и показатели, используемые при оценивании учебного реферата

Критерии	Показатели
Новизна реферированного теста 10 баллов	- актуальность проблемы и темы; - новизна и самостоятельность в постановке проблемы; - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений
Степень раскрытия сущности проблемы 10 баллов	- соответствие плана теме реферата; - соответствие содержания теме и плану реферата; - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы
Обоснованность выводов 5 баллов	Соответствие выводов содержанию работы, поставленным целям и задачам
Обоснованность выбора источников 5 балл	- круг, полнота использования литературных источников по проблеме

## Критерии оценивания контрольных работ

Баллы	Требования к критерию
15	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. глубоко, осмысленно, в полном объёме усвоил программный материал, излагает его на высоком научном уровне, изучил обязательную и дополнительную литературу, способен к самостоятельному анализу и оценке проблемных ситуаций;</li> <li>2. усвоил методологию данной дисциплины, свободно владеет понятиями, определениями, терминами;</li> <li>3. умеет анализировать и выявлять взаимосвязь вопросов, изученных в рамках курса, с другими дисциплинами;</li> <li>4. умеет творчески применять теоретические знания при решении практических ситуаций;</li> <li>5. показывает способность самостоятельно пополнять и обновлять знания в процессе учёбы и профессиональной деятельности</li> </ol>
10	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. полно раскрыл материал, предусмотренный программой, изучил обязательную литературу;</li> <li>2. владеет методологией данной дисциплины, методами исследования, знает определение понятий в области технических средств;</li> <li>3. умеет установить взаимосвязь вопросов, изученных в рамках курса, с другими областями знаний;</li> <li>4. применяет теоретические знания на практике;</li> <li>5. допустил незначительные неточности при изложении материала, не искажающие содержание ответа по существу вопроса.</li> </ol>
8	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. владеет материалом в пределах программы курса, знает основные понятия и определения;</li> <li>2. обладает достаточными знаниями для продолжения обучения и профессиональной деятельности;</li> <li>3. способен разобраться в конкретной практической ситуации.</li> </ol>

5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. показал проблемы в знании основного учебного материала;</li> <li>2. не может дать чётких определений, понятий;</li> <li>3. не может разобраться в конкретной практической ситуации;</li> <li>4. не может успешно продолжать дальнейшее обучение в связи с недостаточным объёмом знаний.</li> </ol>
---	--

### Критерий оценивания устных опросов

Баллы	Критерии оценивания
40	<ul style="list-style-type: none"> <li>- полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий;</li> <li>- обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные;</li> <li>- излагает материал последовательно и правильно</li> </ul>
30	<p>дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «5», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочета в последовательности излагаемого.</p>
20	<p>обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил;</li> <li>- не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;</li> <li>- излагает материал непоследовательно</li> </ul>
10	<p>обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.</p>

### Шкала оценивания презентации

<b>5</b> «отлично»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Цвет фона не соответствует цвету текста</li> <li>2. Использовано более 5 цветов шрифта</li> <li>3. Каждая страница имеет свой стиль оформления</li> <li>4. Гиперссылки не выделены</li> <li>5. Анимация отсутствует (или же презентация перегружена анимацией)</li> <li>6. Звуковой фон не соответствует единой концепции, носит отвлекающий характер</li> <li>7. Слишком мелкий шрифт (соответственно, объём информации слишком велик — кадр перегружен)</li> <li>8. Не работают отдельные ссылки</li> </ol>
<b>4</b> «хорошо»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Цвет фона не соответствует цвету текста</li> <li>2. Использовано более 5 цветов шрифта</li> <li>3. Каждая страница имеет свой стиль оформления</li> <li>4. Гиперссылки не выделены</li> <li>5. Анимация отсутствует (или же презентация перегружена анимацией)</li> <li>6. Звуковой фон не соответствует единой концепции, носит отвлекающий характер</li> <li>7. Слишком мелкий шрифт (соответственно, объём информации слишком велик — кадр перегружен)</li> </ol>

	8. Не работают отдельные ссылки
<b>3</b> <b>«удовлетворительно»</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Цвет фона не соответствует цвету текста</li> <li>2. Использовано более 5 цветов шрифта</li> <li>3. Каждая страница имеет свой стиль оформления</li> <li>4. Гиперссылки не выделены</li> <li>5. Анимация отсутствует (или же презентация перегружена анимацией)</li> <li>6. Звуковой фон не соответствует единой концепции, носит отвлекающий характер</li> <li>7. Слишком мелкий шрифт (соответственно, объем информации слишком велик — кадр перегружен)</li> <li>8. Не работают отдельные ссылки</li> </ol>
<b>2 «неудовлетворительно»</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Цвет фона не соответствует цвету текста</li> <li>2. Использовано более 5 цветов шрифта</li> <li>3. Каждая страница имеет свой стиль оформления</li> <li>4. Гиперссылки не выделены</li> <li>5. Анимация отсутствует (или же презентация перегружена анимацией)</li> <li>6. Звуковой фон не соответствует единой концепции, носит отвлекающий характер</li> <li>7. Слишком мелкий шрифт (соответственно, объем информации слишком велик — кадр перегружен)</li> <li>8. Не работают отдельные ссылки</li> </ol>

## **6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **6.1 Основная литература:**

1. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры [Электронный ресурс]: учеб. пособие для вузов. — 2-е изд. — М. : Юрайт, 2017. — 188 с. — Режим доступа: <https://biblio-online.ru/viewer/2B7A64A5-0F1A-4365-8987-4E59F8984293#page/1>
2. Минникаева, Н.В. Теория и организация адаптивной физической культуры [Электронный ресурс]: учеб. пособие. - Кемерово : Кемеровский гос. университет, 2014. - 142 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278495>
3. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс]: учебник / под ред. С.П. Евсеева. – М.: Спорт, 2016. - 385 с. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367>

### **6.2 Дополнительная литература:**

1. Вайнер, Э.Н. Краткий энциклопедический словарь [Электронный ресурс]: адаптивная физическая культура : учеб. пособие / Э.Н. Вайнер, С.А. Кастюнин. - 2-е изд. – М.: Флинта, 2012. - 144 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=79336>

2. Гелецкая, Л.Н. Физическая культура студентов специального учебного отделения [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Л.Н.Гелецкая , И. Ю. Бирдигулова, Д. А. Шубин, Р. И. Коновалова. – Красноярск : СФУ, 2014. – 220 с. - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=511522>
3. Завьялова, Т.П. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у обучающихся [Электронный ресурс]: учеб. пособие для вузов. — 2-е изд. — М. : Юрайт, 2017. — 184 с. – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/viewer/BF530E35-92DC-48BF-BFDF-245288B3B804#page/1>
4. Рипа, М.Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании [Электронный ресурс]: учеб. пособие для вузов / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд. — М. : Юрайт, 2017. — 170 с. – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/viewer/008AC822-B6A1-4642-92E8-AFFFECEBE815#page/1>
5. Сапего, А.В. Частные методики адаптивной физической культуры [Электронный ресурс]: учеб. пособие / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. - Кемерово : Кемеровский гос., 2014. - 228 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278924>
6. Современные проблемы и перспективы развития адаптивной физической культуры [Электронный ресурс]: сб. науч.ст. / ред. В.А. Барков. – М.: Директ-Медиа, 2013. - 122 с. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=135304>

<http://www.nlr.ru> – Российская государственная библиотека

- <http://orel.rsl.ru> - Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту

- <http://Pubi.Lib.ru/ARC> –Универсальная библиотека электронных книг.

## **7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

1. Методические указания по практическим занятиям. Авторы-составители Корнилов А.Н., Попова И.А.
2. Методические указания «Самостоятельная работа студентов». Авторы-составители Корнилов А.Н., Попова И.А.

## **8. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Лицензионное программное обеспечение:

Microsoft Windows

Microsoft Office

Kaspersky Endpoint Security

Информационные справочные системы:

Система ГАРАНТ

Система «КонсультантПлюс»

Профессиональные базы данных

[fgosvo.ru](http://fgosvo.ru)

[pravo.gov.ru](http://pravo.gov.ru)

[www.edu.ru](http://www.edu.ru)

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

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованные учебной мебелью, доской, демонстрационным оборудованием.- помещения для самостоятельной работы, укомплектованные учебной мебелью, персональными компьютерами с подключением к сети Интернет и обеспечением доступа к электронным библиотекам и в электронную информационно-образовательную среду МГОУ;
- помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования, укомплектованные мебелью (шкафы/стеллажи), наборами демонстрационного оборудования и учебно-наглядными пособиями;