

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич  
Должность: врио ректора  
Дата подписания: 25.09.2023 18:04:01  
Уникальный программный ключ:  
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»



Утверждаю:  
Руководитель ООП  
С.В. Комин  
«31» сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)  
**Виды адаптивной физической культуры**

Направление подготовки  
49.03.01 Физическая культура

---

Направленность (профиль)  
Физкультурное образование

Для студентов 4 курса очная и заочная формы обучения

Составитель:  
ст. преподаватель Джорджевич О.Ю.

Тверь, 2022

## **I. Аннотация**

### **1. Цель и задачи дисциплины виды адаптивной физической культуры**

Целью преподавания данной дисциплины является формирование компетенций, позволяющих работать в области оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Задачи:

– обеспечить освоение студентами основ фундаментальных знаний теории и методики обучения двигательным действиям, развития и совершенствования физических качеств и способностей, занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья;

– сформировать у студентов самостоятельность, умения и навыки научно-исследовательской работы, обеспечить освоение ими опыта творческой деятельности в рассмотренных в учебнике видах адаптивной физической культуры.

### **2. Место дисциплины в структуре ООП**

Данная дисциплина является курсом по выбору студента. Для освоения данной дисциплины требуются знания анатомии человека, физиологии человека, теории и методики физической культуры.

**3. Объем дисциплины: \_5\_ зачетных единиц, \_180\_ академических часов, в том числе:**

**контактная аудиторная работа:** лекции \_15\_ часов, практические занятия \_\_30\_ часов,

**самостоятельная работа:** \_108\_ часов, в том числе контроль \_\_27\_\_.

Для заочной формы обучения: **контактная аудиторная работа:** лекции \_9\_ часов, практические занятия \_\_9\_ часов,

**самостоятельная работа:** \_159\_ часов, в том числе контроль \_\_9\_\_.

**4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
<i>ПК-1. Способен совершенствовать специальные физические качества и повышать функциональные возможности организма спортсменов</i>	<p><i>1.1 Использует методики и средства контроля физической нагрузки и физического состояния спортсмена,</i></p> <p><i>1.2 Оценивает результативность учебно-тренировочного процесса, а также нормативных (достижимых) значений данных показателей для конкретного занимающегося</i></p> <p><i>1.3 Планирует содержание тренировочных занятий на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом уровня подготовленности спортсменов, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий</i></p>

**5. Форма промежуточной аттестации и семестр прохождения экзамен, 7 семестр.**

**6. Язык преподавания русский.**

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

**1. Для студентов очной формы обучения**

Тема, вид занятия	Кол-во часов	Наименование занятий		Самостоятельная работа
		Лекции	Семинары	
Тема 1. Введение в АФК, предмет, методы (традиционные и специфические), задачи. Структура АФК, краткая характеристика ее разделов. История олимпийского движения инвалидов	24	2	2	20

<b>Тема 2. Объекты АФК.</b> Краткая характеристика особенностей физического и психического развития детей с различными отклонениями в состоянии здоровья	32	4	8	20
<b>Тема 3. Принципы развитие физических способностей в АФК.</b> Понятие компенсации функций, механизмы компенсации	26	2	4	20
<b>Тема 4. Адаптивная двигательная рекреации (АДР).</b> Цели, задачи, основные принципы и отличительные черты. Общая характеристика средств АДР и условий их применения	30	4	8	18
<b>Тема 5.</b> Отличительные черты, средства и методы некоторых видов АДР.	28	4	4	20
<b>ИТОГО</b>	144	16	32	96

## 2. Для студентов заочной формы обучения

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)		Самостоятельная работа (час.)
		Лекции	Практические (лабораторные) занятия	
<b>ИТОГО</b>	144	4	4	127+9

### III. Образовательные технологии

Учебная программа – наименование разделов и тем	Вид занятия	Образовательные технологии
<p><b>Тема 1.</b> Введение в АФК, предмет, методы (традиционные и специфические), задачи. Структура АФК, краткая характеристика ее разделов. История олимпийского движения инвалидов</p>	<p>Лекция Практическое занятие</p>	<p>Традиционная лекция Игровые технологии Дискуссии Активное слушание</p>
<p><b>Тема 2.</b> Объекты АФК. Краткая характеристика особенностей физического и психического развития детей с различными отклонениями в состоянии здоровья</p>	<p>Лекция Практическое занятие</p>	<p>Традиционная лекция Игровые технологии Дискуссии Активное слушание</p>
<p><b>Тема 3.</b> Принципы развитие физических способностей в АФК. Понятие компенсации функций, механизмы компенсации</p>	<p>Лекция Практическое занятие</p>	<p>Традиционная лекция Игровые технологии Дискуссии Активное слушание</p>
<p><b>Тема 4.</b> Адаптивная двигательная рекреации (АДР). Цели, задачи, основные принципы и отличительные черты. Общая характеристика средств АДР и условий их применения</p>	<p>Лекция Практическое занятие</p>	<p>Традиционная лекция Игровые технологии Дискуссии Активное слушание</p>
<p><b>Тема 5.</b> Отличительные черты, средства и методы некоторых видов АДР.</p>	<p>Лекция Практическое занятие</p>	<p>Традиционная лекция Игровые технологии Дискуссии Активное слушание</p>

#### IV. Оценочные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации

##### Типовые контрольные задания

##### Типовые вопросы (1 балл)

1. Какова цель адаптивной физической культуры?
2. Приоритетные задачи адаптивной физической культуры. Их взаимосвязь с традиционными задачами физической культуры.
3. Роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
4. Раскройте особенности детей с умственной отсталостью.
5. Как изменяется жизнедеятельность у незрячих по сравнению со здоровыми людьми?
6. . Чем обычно сопровождается потеря слуха?
7. Раскройте особенности остаточного здоровья у лиц с последствиями детского церебрального паралича.
8. Ампутация конечностей и ее влияние на организм человека.
9. 5 Какие типичные двигательные расстройства, характерные для инвалидов всех нозологических групп, вы знаете?
10. В какой период начинаются исследования особенностей развития лиц с нарушением зрения?
11. Назовите зарубежных исследователей, отметивших пользу занятий физическими упражнениями для слепых и слабовидящих?
12. Какова позиция П.Ф. Лесгафта в вопросе о физическом образовании слепых?
13. Раскройте вклад К.К. Грота в развитие физического воспитания слепых детей.
14. Расскажите об истоках адаптивного спорта незрячих в нашей стране.
15. С какого времени незрячие спортсмены нашей страны участвуют в Паралимпийских играх (летних и зимних)?

Для оценивания результатов обучения в виде умений используются:

##### Задание 1.

1. Дайте сравнительную характеристику уровня развития базовых координационных способностей у здоровых школьников младших классов и их сверстников с различной патологией:

1. – с нарушением зрения;
2. – с нарушением речи;
3. – с нарушением слуха;
4. – с нарушением интеллекта.
5. Задание оформить в виде таблицы (5 баллов).

Для оценивания результатов в виде владений используется:

Подготовьте презентацию на тему:

1. Значение АФК в социуме.
2. Адаптивный спорт в Российской Федерации
3. Особенности адаптивного физического воспитания детей с инвалидностью по зрению.

#### **Задание 2 (правильный ответ – 1 балл)**

1. На основе каких факторов строится многолетняя спортивная тренировка? Перечислить не менее 3-х факторов.
2. Каковы примерные чувствительные периоды развития физических качеств у детей? Указать возрастные границы.
3. Назовите первый этап многолетней спортивной подготовки и какой возраст этого этапа в спортивной гимнастике, плавании, баскетболе, футболе, волейболе и др. видах у юношей и девушек.
4. Как называется следующий этап, после первого этапа? Какие задачи ставит тренер на втором этапе, что целесообразно включать в программу тренировки на этом этапе?

#### **V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

##### **Основная литература**

1. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры [Электронный ресурс]: учебник / С.П. Евсеев. — Электрон. текстовые данные. — М.: Издательство «Спорт», 2016. — 616 с. — 978-5-906839-42-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55593.html>

##### **Дополнительная литература**

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.П. Евсеев [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М. : Советский спорт, 2014. — 304 с. — 978-5-9718-0714-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40766.html>

##### ***Перечень программного обеспечения:***

Список ПО:

Google Chrome б

Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows антивирус

paint.net б

STDU Viewer version 1.6.375.0 б

Microsoft Windows 10 Enterprise Акт приема-передачи № 369 от 21 июля 2017;

MS Office 365 pro plus Акт приема-передачи № 369 от 21 июля 2017;

***Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:***

1. ЭБС "ЛАНЬ" договор № 04-е/21 от 02.08.2021

2. ЭБС "Университетская библиотека онлайн" договор № 16-06/2021 от 02.08.2021

3. ЭБС "ZNANIUM.com" договор № 05-е/эбс от от 02.08.2021

4. ЭБС "IPRbooks" договор № 8097/21К от от 02.08.2021

5. ЭБС ЮРАЙТ договор № 02-е/21 от от 02.08.2021

## **VII. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (или модуля)**

Студент при самостоятельной работе использует лекционный материал, учебники, результаты практических занятий. Изучение дисциплины проходит по разделам и темам. Текущий контроль успеваемости осуществляется на практических занятиях в виде презентаций студентов по темам:

Тема 1 . Самостоятельно рассмотреть и составить презентации по истории развития олимпийского движения инвалидов. Рассмотреть особенности спорта инвалидов, категории соревнований и игр.

Тема 2. Рассмотреть и подготовить сообщения о состоянии АФК в нашей стране и за рубежом. АФК в системе образования, доступность занятий физкультурой среди инвалидов.

Тема 3 . Рассмотреть и подготовить сообщения о характеристиках различных дефектов. Рассмотреть и подготовить презентации об особенностях работы специалистов по физической культуре с различными категориями инвалидов.

Демеирчооглан Г.Г., Демирчооглан А.Г. Специальная физическая культура для слабовидящих школьников. – 150 с. 2000 г., ресурсы интернет.

Тема 4 и 5.. Подготовить сообщения и презентации по организация ФОД для людей с физическими недостатками и ограниченными возможностями.

### *Требования к рейтинг-контролю.*

Курс изучается на протяжении одного семестра. Знания студентов оцениваются в 2 этапа (модуля), исходя из 60 баллов. За каждый модуль студент может получить 30 баллов. Ответ на итоговом экзамене по всему курсу оценивается из 40 баллов. Форма экзамена – устный по билетам

Итоговая оценка по дисциплине определяется по сумме баллов, полученных в семестре за практикум, тестирование и на экзамене:

от 50 до 69 баллов – “удовлетворительно”,

от 70 до 84 баллов – “хорошо”,

от 85 до 100 баллов – “отлично”.

Студент, набравший 50-55 баллов – может получить итоговую оценку “удовлетворительно”, а от 56 до 60 получить 15 премиальных баллов и итоговую оценку “хорошо” без сдачи экзамена.



**VII. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (или модулю)**

*Мультимедиа*

**VIII. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины (или модуля)**

№ п.п.	Обновленный раздел рабочей программы дисциплины (или модуля)	Описание внесенных изменений	Дата и протокол заседания кафедры, утвердившего изменения
1.	IV. Оценочные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации	ФОС, критерии оценки	Протокол каф. ТОФВ №8 от 25.05.2023
2.			