

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Алтайский государственный педагогический университет»
(ФГБОУ ВО «АлтГПУ»)

УТВЕРЖДАЮ
проректор по образовательной
деятельности

_____ М.О. Тяпкин

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ МОДУЛЬ
Адаптивная физическая культура
рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Физического воспитания**

Учебный план zФК44.03.01-2024.plx
44.03.01 Педагогическое образование

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Часов по учебному плану	328
в том числе:	
аудиторные занятия	22
самостоятельная работа	264
часов на контроль	28

Виды контроля на курсах:
зачеты 1, 2, 3, 4

Ст.преп., Нефедкин Олег Александрович _____

Адаптивная физическая культура

составлена на основании учебного плана 44.03.01 Педагогическое образование (Уровень: бакалавриат; квалификация: бакалавр), утвержденного Учёным советом ФГБОУ ВО «АлтГПУ» от 25.03.2024, протокол № 10.

Физического воспитания

Зав. кафедрой Золотухина Инна Анатольевна

[illegible]

1.1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1.1	Целью дисциплины «Адаптивная физическая культура» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психологической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности
1.2. ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.2.1	понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
1.2.2	знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
1.2.3	формирование мотивационно - ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
1.2.4	овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
1.2.5	приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
1.2.6	создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.
1.2.7	

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	К.М.03.ДВ.01
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Для освоения дисциплины «Адаптивная физическая культура» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения школьного курса биологии, физической культуры и ОБЖ.
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения элективных дисциплин по физической культуре, прохождения педагогической практики, подготовки к выпускной квалификационной работы и будущей профессиональной деятельности
2.2.2	Общая физическая подготовка
2.2.3	Общая физическая подготовка

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
УК-7.1: Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	
УК-7.2: Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни
3.1.2	средства физической культуры в регулировании работоспособности, обеспечении здоровья и физического совершенствования, способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
3.1.3	влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек
3.2	Уметь:
3.2.1	использовать творческие средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни
3.2.2	составлять индивидуальные коррекционно-развивающие программы физического самосовершенствования, исходя из особенностей индивидуально-личностных развития и траектории профессионального роста;

3.2.3	выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры;
3.2.4	осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой
3.3	Владеть:
3.3.1	средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной;
3.3.2	на практике методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
3.3.3	способами выявления и оценки индивидуально-личностных, профессионально-значимых качеств и путями достижения более высокого уровня их развития, ценностями физической культуры личности для успешной социальной и профессиональной деятельности

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетен-ции	Литература
	Раздел 1. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента				
1.1	Физическая культура в структуре высшего профессионального образования. Организационно – правовые основы физической культуры и спорта студен-ческой молодёжи России /Ср/	1	15	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
1.2	Физическая культура в структуре высшего профессионального образования. Организационно – правовые основы физической культуры и спорта студен-ческой молодёжи России /Пр/	1	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 2. Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания				
2.1	Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания /Ср/	1	14	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 3. Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности				
3.1	Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности /Ср/	1	15	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 4. Цель, содержание, задачи функции и принципы АФК.				
4.1	Цель, содержание, задачи функции и принципы АФК /Пр/	1	0	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
4.2	Цель, содержание, за-дачи функции и принципы АФК. /Ср/	1	15	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 5. Гимнастика для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья				
5.1	Гимнастика для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья /Пр/	1	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
5.2	Гимнастика для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья /Ср/	1	15	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2

	Раздел 6. Зачет				
6.1	Итоговое тестирование /Зачёт/	1	4		
	Раздел 7. Адаптивная физическая культура лиц с соматическими нарушениями				
7.1	Адаптивная физическая культура лиц с соматическими нарушениями /Пр/	2	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
7.2	Адаптивная физическая культура лиц с соматическими нарушениями /Ср/	2	15	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 8. Адаптивная физическая культура лиц с нарушением слуха				
8.1	Адаптивная физическая культура лиц с нарушением слуха /Пр/	2	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
8.2	Адаптивная физическая культура лиц с нарушением слуха /Ср/	2	15	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 9. Роль, место и значение АФК в физкультурно-оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражением зрения.				
9.1	Роль, место и значение АФК в физкультурно-оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражением зрения. /Пр/	2	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
9.2	Роль, место и значение АФК в физкультурно-оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражением зрения. /Ср/	2	15	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 10. История адаптивного спорта для лиц с поражениями с поражением зрения и слуха. Особенности развития физических способностей у лиц с поражением зрения и слуха.				
10.1	История адаптивного спорта для лиц с поражениями с поражением зрения и слуха. Особенности развития физических способностей у лиц с поражением зрения и слуха. /Пр/	2	0	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
10.2	История адаптивного спорта для лиц с поражениями с поражением зрения и слуха. Особенности развития физических способностей у лиц с поражением зрения и слуха. /Ср/	2	9	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 11. Роль, место и значение АФК в физкультурно-оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражением ОДА				
11.1	Роль, место и значение АФК в физкультурно-оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражением ОДА /Пр/	2	0	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
11.2	Роль, место и значение АФК в физкультурно-оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражением ОДА /Ср/	2	4	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2

	Раздел 12. История адаптивного спорта для лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата.				
12.1	История адаптивного спорта для лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата. /Пр/	2	0	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
12.2	История адаптивного спорта для лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата. /Ср/	2	4	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 13. Основы лыжной подготовки, меры безопасности				
13.1	Основы лыжной под-готовки, меры безопасности /Пр/	2	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
13.2	Основы лыжной под-готовки, меры безопасности /Ср/	2	4	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 14. Зачет				
14.1	Итоговое тестирование /Зачёт/	2	8		
	Раздел 15. Воздействие социально-экологических, природно-климатических факторов и бытовых условий жизни на физическое развитие и жизнедеятельность человека				
15.1	Воздействие социально-экологических, природно-климатических факторов и бытовых условий жизни на физическое развитие и жизнедеятельность человека /Ср/	3	15	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
15.2	Воздействие социально-экологических, природно-климатических факторов и бытовых условий жизни на физическое развитие и жизнедеятельность человека /Пр/	3	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 16. Методы восстановления после физической нагрузки				
16.1	Методы восстановления после физической нагрузки /Ср/	3	15	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
16.2	Методы восстановления после физической нагрузки /Пр/	3	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 17. Основы самомассажа				
17.1	Основы самомассажа /Ср/	3	15	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
17.2	Основы самомассажа /Пр/	3	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 18. Основы оценки осанки и телосложения				
18.1	Основы оценки осанки и телосложения /Пр/	3	0	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
18.2	Основы оценки осанки и телосложения /Ср/	3	13	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 19. Лыжные прогулки (походы)				
19.1	Лыжные прогулки (походы) /Ср/	3	4	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
19.2	Лыжные прогулки (походы) /Пр/	3	0	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 20. Основы оценки двигательной активности				
20.1	Основы оценки двигательной активности /Пр/	3	0	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2

20.2	Основы оценки двигательной активности /Ср/	3	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 21. Проведение учебно-тренировочного занятия по волейболу				
21.1	Проведение учебно-тренировочного занятия по волейболу /Пр/	3	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
21.2	Проведение учебно-тренировочного занятия по волейболу /Ср/	3	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 22. Зачте				
22.1	Итоговое тестирование /Зачёт/	3	8		
	Раздел 23. Основы самоконтроля состояния здоровья				
23.1	Основы самоконтроля состояния здоровья /Ср/	4	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
23.2	Основы самоконтроля состояния здоровья /Пр/	4	0	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 24. Коррекция осанки и телосложения				
24.1	Коррекция осанки и телосложения /Пр/	4	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
24.2	Коррекция осанки и телосложения /Ср/	4	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 25. Подвижные игры с элементами баскетбола				
25.1	Подвижные игры с элементами баскетбола /Пр/	4	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
25.2	Подвижные игры с элементами баскетбола /Ср/	4	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 26. Проведение учебно-тренировочного занятия по баскетболу				
26.1	Проведение учебно-тренировочного занятия по баскетболу /Пр/	4	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
26.2	Проведение учебно-тренировочного занятия по баскетболу /Ср/	4	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 27. Организация и проведение подвижных игр. Подвижные игры				
27.1	Организация и проведение подвижных игр. Подвижные игры /Пр/	4	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
27.2	Организация и проведение подвижных игр. Подвижные игры /Ср/	4	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 28. Основы профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП)				
28.1	Основы профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) /Пр/	4	0	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
28.2	Основы профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) /Ср/	4	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 29. Значение профессионально прикладной физической подготовки в профессиональной деятельности				
29.1	Значение профессионально прикладной физической подготовки в профессиональной деятельности /Пр/	4	0	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2

29.2	Значение профессионально прикладной физической подготовки в профессиональной деятельности /Ср/	4	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 30. Способы нахождения информации по самостоятельному освоению элементов профессионально-прикладной физической подготовки				
30.1	Способы нахождения информации по самостоятельному освоению элементов профессионально-прикладной физической подготовки /Пр/	4	0	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
30.2	Способы нахождения информации по самостоятельному освоению элементов профессионально-прикладной физической подготовки /Ср/	4	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 31. Профилактика вредных привычек				
31.1	Профилактика вредных привычек /Пр/	4	0	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
31.2	Профилактика вредных привычек /Ср/	4	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 32. Организация, формы и средства профессионально-прикладной физической подготовки студентов				
32.1	Организация, формы и средства профессионально-прикладной физической подготовки студентов /Пр/	4	0	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
32.2	Организация, формы и средства профессионально-прикладной физической подготовки студентов /Ср/	4	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 33. Методика самостоятельного освоения отдельных элементов ППФП				
33.1	Методика самостоятельного освоения отдельных элементов ППФП /Пр/	4	0	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
33.2	Методика самостоятельного освоения отдельных элементов ППФП /Ср/	4	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 34. Проведение учебно-тренировочного занятия по футболу				
34.1	Проведение учебно-тренировочного занятия по футболу /Пр/	4	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
34.2	Проведение учебно-тренировочного занятия по футболу /Ср/	4	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 35. Проведение учебно-тренировочного занятия по лыжной подготовке				
35.1	Проведение учебно-тренировочного занятия по лыжной подготовке /Пр/	4	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
35.2	Проведение учебно-тренировочного занятия по лыжной подготовке /Ср/	4	4	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 36. Специальные беговые упражнения				
36.1	Специальные беговые упражнения /Пр/	4	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
36.2	Специальные беговые упражнения /Ср/	4	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 37. Методика проведения занятий по легкой атлетике				
37.1	Методика проведения занятий по легкой атлетике /Пр/	4	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2

37.2	Методика проведения занятий по легкой атлетике /Ср/	4	6	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 38. Проведение учебно-тренировочного занятия по легкой атлетике				
38.1	Проведение учебно-тренировочного занятия по легкой атлетике /Пр/	4	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
38.2	Проведение учебно-тренировочного занятия по легкой атлетике /Ср/	4	6	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 39. Особенности развития физических способностей у лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата				
39.1	Особенности развития физических способностей у лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата /Пр/	4	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
39.2	Особенности развития физических способностей у лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата /Ср/	4	4	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 40. Общая физическая подготовка (с элементами атлетической и ритмической гимнастики)				
40.1	Общая физическая подготовка (с элементами атлетической и ритмической гимнастики) /Пр/	4	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
40.2	Общая физическая подготовка (с элементами атлетической и ритмической гимнастики) /Ср/	4	6	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 41. Проведение учебно-тренировочного занятия по ритмической (атлетической гимнастике)				
41.1	Проведение учебно-тренировочного занятия по ритмической (атлетической гимнастике) /Пр/	4	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
41.2	Проведение учебно-тренировочного занятия по ритмической (атлетической гимнастике) /Ср/	4	6	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2
	Раздел 42. Зачет				
42.1	Итоговое тестирование /Зачёт/	4	8	УК-7.1 УК-7.2	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Перечень индикаторов достижения компетенций, форм контроля и оценочных средств

Индикатор сформированности компетенций: ИУК - 7.1. Применяет здоровьесберегающие технологии для обеспечения физической готовности к различным условиям жизнедеятельности

Результаты обучения:

Знать: научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни

Формы контроля и оценочные средства: вопросы к зачету

Уметь: использовать творческие средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни

Формы контроля и оценочные средства: вопросы для самоконтроля

Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной

Формы контроля и оценочные средства: контрольная работа

Индикатор сформированности компетенций: ИУК - 7.2. Распределяет физические нагрузки в различных жизненных ситуациях и при осуществлении профессиональной деятельности с учетом физиологических особенностей организма

Результаты обучения:

Знать: средства физической культуры в регулировании работоспособности, обеспечении здоровья и физического совершенствования, способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;

Формы контроля и оценочные средства: вопросы к зачету

Уметь: составлять индивидуальные коррекционно-развивающие программы физического самосовершенствования, исходя из особенностей индивидуально-личностных развития и траектории профессионального роста; выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры;

Формы контроля и оценочные средства: контрольная работа

Владеть: на практике методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

Формы контроля и оценочные средства: вопросы к зачету

Индикатор сформированности компетенций: ИУК - 7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в социальной и профессиональной практике

Результаты обучения:

Знает: влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;

Формы контроля и оценочные средства: вопросы для устного опроса

Умеет: осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой;

Формы контроля и оценочные средства: вопросы для самоконтроля

Владеет: способами выявления и оценки индивидуально-личностных, профессионально-значимых качеств и путями достижения более высокого уровня их развития, ценностями физической культуры личности для успешной социальной и профессиональной деятельности

Формы контроля и оценочные средства: вопросы к зачету

5.2. Технологическая карта достижения индикаторов

Семестр 1-2

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: практическое занятие

Формы контроля и оценочные средства: вопросы к практическим занятиям (30 баллов)

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: контрольная работа

Формы контроля и оценочные средства: устный опрос (10 баллов)

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: самостоятельная работа

Формы контроля и оценочные средства: реферат (40 баллов)

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: зачет

Формы контроля и оценочные средства: вопросы к зачету (20 баллов)

Семестр 3

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: практическое занятие

Формы контроля и оценочные средства: вопросы к практическим занятиям (30 баллов)

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: контрольная работа

Формы контроля и оценочные средства: устный опрос (10 баллов)

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: самостоятельная работа

Формы контроля и оценочные средства: реферат (40 баллов)

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: зачет

Формы контроля и оценочные средства: вопросы к зачету (20 баллов)

Семестр 4

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: практическое занятие

Формы контроля и оценочные средства: вопросы к практическим занятиям (30 баллов)

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: контрольная работа

Формы контроля и оценочные средства: устный опрос (10 баллов)

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: самостоятельная работа

Формы контроля и оценочные средства: реферат (40 баллов)

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: зачет

Формы контроля и оценочные средства: вопросы к зачету (20 баллов)

Семестр 5

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: практическое занятие

Формы контроля и оценочные средства: вопросы к практическим занятиям (30 баллов)

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: контрольная работа

Формы контроля и оценочные средства: устный опрос (10 баллов)

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: самостоятельная работа

Формы контроля и оценочные средства: реферат (40 баллов)

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: зачет

Формы контроля и оценочные средства: вопросы к зачету (20 баллов)

Семестр 6

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: практическое занятие

Формы контроля и оценочные средства: вопросы к практическим занятиям (30 баллов)

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: контрольная работа

Формы контроля и оценочные средства: устный опрос (10 баллов)

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: самостоятельная работа

Формы контроля и оценочные средства: реферат (40 баллов)

Перечень индикаторов компетенций: ИУК - 7.1., ИУК - 7.2.

Виды учебной работы: зачет

Формы контроля и оценочные средства: вопросы к зачету (20 баллов)

5.3. Формы контроля и оценочные средства

СЕМЕСТР 1-2

Примерные вопросы для самоконтроля:

1. Дайте определение понятию «адаптивная физическая культура» и раскройте его.
2. Сформулируйте цель, задачи и опишите формы организации адаптивной физической культуры.
3. Назовите задачи адаптивной физической культуры для студентов в вузе.
4. Перечислите основные требования, предъявляемые к студенту в процессе освоения дисциплины.
5. Как действуют физические упражнения на организм человека?

Темы рефератов

1. Адаптивная физическая культура как социальный феномен
2. История становления и развития адаптивной физической культуры.
3. Основные положения концепции адаптивной физической культуры.
4. Адаптивное физическое воспитание.
5. Адаптивная двигательная рекреация.
6. Адаптивная физическая реабилитация.
7. Адаптивный спорт.

Вопросы к зачету:

1. Адаптивная физическая культура, как научная дисциплина
2. Виды адаптивной физической культуры
3. Спортсмены России в мировом спортивном движении инвалидов.
4. Участие российских спортсменов-инвалидов различных нозологических групп в международных соревнованиях.

Наиболее значимые результаты.

5. Спортсмены-инвалиды России в соревнованиях параолимпийского и Специального Олимпийского движения, в Олимпийских Играх глухих.
6. Организация адаптивной физической культуры в Российской Федерации и мировом сообществе.
7. Государственные органы управления физической культурой и их взаимодействие с государственными органами управления образованием, здравоохранением, социальной защиты инвалидов и других госструктур, занимающихся проблемами данной категории населения в нашей стране.
8. Нормативно-правовые документы, регламентирующие физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).
9. Общественные организации, занимающиеся проблемами инвалидов в нашей стране (ВОИ, ВОГ, ВОС, их региональные представительства), в том числе, проблемами адаптивной физической культуры. Международные общественные организации, занимающиеся проблемами адаптивной физической культуры (образованием, научно-исследовательской деятельностью, спортом, рекреацией).
10. Классификация инвалидов: в зависимости от тяжести заболевания и ограниченности жизнеобеспечения; в зависимости от нозологических признаков (инвалида по зрению, слуху, с нарушениями речи, опорно-двигательного аппарата, интеллекта и др.).
11. Перечислите механизмы лечебного действия физических упражнений.
13. Какие средства используются лечебной физической культурой.

СЕМЕСТР 3

Темы рефератов

1. Цель, содержание и задачи адаптивной физической культуры

2. Функции адаптивной физической культуры
3. Социализация инвалидов, обучающихся в государственных учебных заведениях.
4. Функции адаптивного спорта.
5. Опорные концепции методологии адаптивной физической культуры
6. Формирование инфраструктуры системы физической культуры и спорта для лиц с ограниченными возможностями

7. Адаптивная физическая культура лиц с нарушением зрения

Вопросы для устного опроса:

1. Методы формирования знаний.
2. Методы обучения двигательным действиям.
3. Методы развития физических качеств и способностей.
4. Методы воспитания личности.
5. Формы организации АФК.
6. Обучение двигательным действиям в АФК.
7. Применение тренажеров в АФК.
8. Физическая помощь и страховка в АФК (классификация).
9. Формирование эталонной ориентировочной основы действия в АФК.
10. Закономерности развития физических способностей.

Вопросы к зачету:

1. Понятие АФК (предмет, цель, задачи, содержание).
2. Педагогические функции АФК.
3. Социальные функции АФК.
4. Социальные принципы АФК.
5. Общесметодические принципы АФК.
6. Специально-методические принципы АФК.
7. Средства АФК.
8. Виды АФК.
9. АФК в системе комплексной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов).
10. История развития АФК.
11. Развитие АФК среди лиц с поражением ОДА.
12. История АФК у лиц с поражением слуха.

СЕМЕСТР 4

Примерные задания контрольных работ:

1. Социальные принципы: гуманистической направленности, социализации, непрерывности физкультурного образования, интеграции, приоритетной роли микросоциума – их характеристика.
2. Общесметодические принципы: научности, сознательности и активности, наглядности, дос-тупности, систематичности, прочности – особенности применения в адаптивной физической культуре.
3. Специально-методические принципы: диагностирования, дифференциации и индивидуализации, коррекционно-развивающей направленности, компенсаторной направленности, учета возрастных особенностей, профилактической направленности, адекватности, оптимальности и вариативности – основные принципы в работе с лицами имеющими отклонения в состоянии здоровья и (или) инвалидность.
4. Методы социализации и оптимизации коммуникативной деятельности в адаптивной физической культуре
5. Общепедагогические и другие средства и методы в АФК (вербальные, идеомоторные и психорегуляторные и психорегулирующие, наглядные, технические и др.).
6. Средства коррекции основного дефекта, сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений: мышления, памяти, внимания, восприятия, воображения, речи, эмоционально-волевой сферы, зрения, слуха, соматических заболеваний и др.

СЕМЕСТР 5

Примерные задания контрольных работ:

1. Адаптивная физическая культура лиц с нарушением слуха
2. Паралимпийское, Специальное Олимпийское движения и Всемирные игры глухих Адаптивная физическая культура лиц с соматическими нарушениями
3. Адаптивная физическая культура лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата
4. Специфические функции адаптивной двигательной рекреации: гедонистическая; оздоровительно-восстановительная; развивающая; ценностно-ориентационная; творческая; самовоспитание.
5. Функции адаптивной двигательной рекреации.
6. Реабилитационное направление адаптивной физической культуры.
7. Социальные функции адаптивной физической культуры.

Темы рефератов

1. Адаптивная физическая культура лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата
2. Специфические функции адаптивной двигательной рекреации: гедонистическая; оздоровительно-восстановительная; развивающая; ценностно-ориентационная; творческая; самовоспитание.
3. Функции адаптивной двигательной рекреации.
4. Реабилитационное направление адаптивной физической культуры.
5. Социальные функции адаптивной физической культуры.
6. Принципы адаптивной физической культуры.

7. Роль семьи в социализации личности ребенка с ограниченными возможностями

Вопросы для устного опроса:

1. История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением зрения.
2. История адаптивного физического воспитания для лиц с нарушением интеллекта.
3. Специальное олимпийское движение.
4. АФК как интегративная наука, учебная дисциплина и область социальной практики.
5. Содержание и особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре.
6. Адаптивное физическое воспитание лиц с отклонениями в состоянии здоровья с сохранным интеллектом.
7. Адаптивное физическое воспитание лиц с отклонениями в интеллектуальном развитии

Вопросы к зачету:

1. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с поражением опорно-двигательного аппарата
2. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с интеллектуальными нарушениями
3. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с поражением зрения
4. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с поражением слуха
5. Социальные принципы: гуманистической направленности, социализации, непрерывности физкультурного образования, интеграции, приоритетной роли микросоциума – их характеристика.
6. Общепедagogические принципы: научности, сознательности и активности, наглядности, доступности, систематичности, прочности – особенности применения в адаптивной физической культуре.
7. Специально-методические принципы: диагностирования, дифференциации и индивидуализации, коррекционно-развивающей направленности, компенсаторной направленности, учета возрастных особенностей, профилактической направленности, адекватности, оптимальности и вариативности – основные принципы в работе с лицами имеющими отклонения в состоянии здоровья и (или) инвалидность.

СЕМЕСТР 6

Примерные задания контрольных работ:

1. Классификация инвалидов: в зависимости от тяжести заболевания и ограниченности жизнеобеспечения; в зависимости от нозологических признаков (инвалида по зрению, слуху, с нарушениями речи, опорно-двигательного аппарата, интеллекта и др.).
2. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с поражением опорно-двигательного аппарата
3. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с интеллектуальными нарушениями
4. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с поражением зрения
5. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с поражением слуха
6. Социальные принципы: гуманистической направленности, социализации, непрерывности физкультурного образования, интеграции, приоритетной роли микросоциума – их характеристика.
7. Общепедagogические принципы: научности, сознательности и активности, наглядности, доступности, систематичности, прочности – особенности применения в адаптивной физической культуре.
8. Средства коррекции двигательной сферы и основных, жизненно и профессионально важных двигательных действий: осанки, плоскостопия, телосложения; ходьбы, бега, прыжков, лазанья и перелазанья, метаний и мелкой моторики; расслабления, согласованности движений, ориентировки в пространстве и во времени; дифференцировки тактильных ощущений, устойчивости к вестибулярным раздражителям и др.
9. Главная цель адаптивного физического воспитания – максимально возможная коррекция основного дефекта путем применения, средств и методов адаптивной физической культуры для подготовки инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья к жизни и доступной профессиональной деятельности.

Темы рефератов

1. Реабилитационное направление адаптивной физической культуры.
2. Социальные функции адаптивной физической культуры.
3. Принципы адаптивной физической культуры.
4. Роль семьи в социализации личности ребенка с ограниченными возможностями.
5. Принцип систематичности в адаптивном физическом воспитании.
6. Материально-техническая база для работы по физическому воспитанию лиц с ограниченными возможностями.
7. Оснащение и деятельность домов-интернатов для инвалидов, коррекционных учреждений в области физического воспитания.
8. Отрицательное кумулятивное воздействие гиподинамии и гипокинезии на организм инвалидов

Вопросы к зачету:

1. Особенности развития силовых способностей.
2. Особенности развития скоростных способностей.
3. Особенности развития выносливости.
4. Особенности развития гибкости.
5. Особенности развития координационных способностей.
6. Особенности развития координационных способностей школьников с нарушениями речи, слуха, зрения, интеллекта.
7. Врачебно-медицинский контроль в АФК.
8. Педагогический контроль в АФК.
9. Психодиагностические методики в АФК.
10. Показания и противопоказания для занятий АФК.
11. Спортивно-медицинские классификации инвалидов с различными поражениями.
12. Спортивно-медицинская классификация инвалидов-ампутантов.
13. Спортивно-медицинская классификация инвалидов с травмами и заболеваниями спинного мозга.

14. Спортивно-медицинская классификация для лиц с последствием ДЦП.
 15. Спортивно-медицинская классификация «Прочих» инвалидов.
 16. Спортивно-медицинская классификация в практике Специальной олимпиады.

5.4. Оценка результатов обучения в соответствии с индикаторами достижения компетенций

Перечень компетенций: ИУК-7.1 «Применяет здоровьесберегающие технологии для обеспечения физической готовности к различным условиям жизнедеятельности»

Оценка/уровень:

Неудовлетворительно (0-49 балл.): не сформировано

Удовлетворительно: (50-69 балл.) пороговый уровень: знает: основы физической культуры; умеет: использует творческие средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития; владеет: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья

Хорошо (70-84 балл.) базовый уровень: знает: научно- практические основы физической культуры и здорового образа жизни; умеет: использовать творческие средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования; владеет: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования

Отлично (85-100 балл.) высокий уровень: знает: Научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни; умеет: использовать творческие средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни; владеет: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной

Перечень компетенций: ИУК-7.2 «Распределяет физические нагрузки в различных жизненных ситуациях и при осуществлении профессиональной деятельности с учетом физиологических особенностей организма»

Оценка/уровень:

Неудовлетворительно (0-49 балл.) не сформировано

Удовлетворительно (50-69 балл.) пороговый уровень: знает: средства физической культуры в регулировании работоспособности, обеспечении здоровья и физического совершенствования; умеет: составлять индивидуальные коррекционно-развивающие программы физического самосовершенствования; владеет: на практике методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Хорошо (70-84 балл.) базовый уровень: знает: средства физической культуры в регулировании работоспособности, обеспечении здоровья и физического совершенствования, умеет: составлять индивидуальные коррекционно-развивающие программы физического самосовершенствования, исходя из особенностей индивидуально-личностных развития и траектории профессионального роста; владеет: на практике методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Отлично (85-100 балл.) высокий уровень: знает: средства физической культуры в регулировании работоспособности, обеспечении здоровья и физического совершенствования, способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; умеет: составлять индивидуальные коррекционно-развивающие программы физического самосовершенствования, исходя из особенностей индивидуально-личностных развития и траектории профессионального роста; выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры; владеет: на практике методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Перечень компетенций: ИУК-7.3 «Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в социальной и профессиональной практике»

Оценка / уровень:

Неудовлетворительно (0-49 балл.) не сформировано;

Удовлетворительно (50-69 балл.) пороговый уровень: знает: влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья; умеет: осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой; владеет: Способами выявления и оценки индивидуально-личностных, профессионально-значимых качеств и путями достижения более высокого уровня их развития

Хорошо (70-84 балл.) базовый уровень: знает: влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний; умеет: осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой; владеет: Способами выявления и оценки индивидуально-личностных, профессионально-значимых качеств и путями достижения более высокого уровня их развития

Отлично (85-100 балл.) высокий уровень: знает: влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; умеет: осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой; владеет: Способами выявления и оценки индивидуально-личностных, профессионально-значимых качеств и путями достижения более высокого уровня их развития, ценностями физической культуры личности для успешной социальной и профессиональной деятельности

--

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Издание	Экз.
Л1.1	[авт.-сост.: О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев]; под ред. С. П. Евсеева	Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник — Москва : Спорт, 2016 — URL: http://www.iprbookshop.ru/55569.html	9999
Л1.2	С. П. Евсеев	Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник — Москва : Спорт, 2016 — URL: http://www.iprbookshop.ru/55593.html	9999
Л1.3	А. Н. Налобина [и др.]; под ред. А. Н. Налобиной	Основы физической реабилитации: учебник — Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2018 — URL: http://www.iprbookshop.ru/73336.html	9999

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Издание	Экз.
Л2.1	С. А. Егорова, Л. В. Белова, В. Г. Петрякова	Лечебная физкультура и массаж: учебное пособие — Ставрополь : Изд-во СКФУ, 2014 — URL: http://www.iprbookshop.ru/62950.html	9999
Л2.2	А. А. Акатова, Т. В. Абызова	Врачебный контроль в лечебной физической культуре и адаптивной физической культуре: учебное пособие — Пермь : ПГГПУ, 2015 — URL: http://www.iprbookshop.ru/70620.html	9999

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	
----	--

6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Пакет Microsoft Office
6.3.1.2	Пакет LibreOffice
6.3.1.3	Операционная система семейства Windows
6.3.1.4	Операционная система семейства Linux
6.3.1.5	Интернет браузер
6.3.1.6	Программа для просмотра электронных документов формата pdf, djvu
6.3.1.7	Медиа проигрыватель
6.3.1.8	Программа 7zip
6.3.1.9	Пакет Kaspersky Endpoint Security 10 for Windows
6.3.1.10	Редактор изображений Gimp

6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	Электронная библиотека НПБ / Алтайский государственный педагогический университет, Научно-педагогическая библиотека
6.3.2.2	Цифровой образовательный ресурс IPR Smart / Ай Пи Эр Медиа

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	1. Оборудованные учебные аудитории, в том числе с использованием видеопроектора и подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.
7.2	2. Аудитории для самостоятельной работы с подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.
7.3	3. Стадион.
7.4	4. Спортивный зал.
7.5	5. Лыжная база.
7.6	6. Тренажерный зал.
7.7	7. Учебные наглядные пособия.

7.8	8. Спортивный инвентарь: баскетбольные, волейбольные, футбольные мячи; легкоатлетический, лыжный, гимнастический инвентарь.
-----	---

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Учебный процесс направлен на получение знаний, умений и навыков по физической культуре и спорту, развитие умения студентов использовать методики самостоятельных занятий и овладение основами техники предлагаемых видов спорта.

Построение практического занятия предполагает обучающий компонент за основу.

Практические занятия составляют важную часть профессиональной подготовки студентов. Основная цель проведения практических занятий - формирование у студентов здорового образа жизни путем приобретения практических навыков. Методические указания к практическим занятиям по дисциплине наряду с рабочей программой и графиком учебного процесса относятся к методическим документам, определяющим уровень организации и качества образовательного процесса. Содержание практических занятий фиксируется в РПД в разделе 6 настоящей программы. Важнейшей составляющей любой формы практических занятий являются упражнения. Как правило, основное внимание уделяется формированию конкретных умений, навыков, что и определяет содержание деятельности студентов.

Практические занятия выполняют следующие задачи: стимулируют регулярное изучение рекомендуемой литературы, а также внимательное отношение к лекционному курсу; закрепляют знания, полученные в процессе лекционного обучения и самостоятельной работы над литературой; расширяют объем профессионально значимых знаний, умений, навыков; позволяют проверить правильность ранее полученных знаний; прививают навыки самостоятельного мышления, устного выступления; способствуют свободному оперированию терминологией; предоставляют преподавателю возможность систематически контролировать уровень самостоятельной работы студентов. При подготовке к практическим занятиям необходимо просмотреть конспекты лекций и методические указания, рекомендованную литературу по данной теме.

Самостоятельную работу следует начинать с доработки конспекта, желательно в тот же день (через 10 ч после лекции в памяти остается не более 30 -40 % материала).

С целью доработки необходимо в первую очередь прочитать записи, восстановить текст в памяти. Далее прочитать материал по рекомендуемой литературе, разрешая в ходе чтения, возникшие ранее затруднения, вопросы, а также дополнения и исправляя свои записи. Записи должны быть наглядными, для чего следует применять различные способы выделений. В ходе доработки конспекта углубляются, расширяются и закрепляются знания, а также дополняется, исправляется и совершенствуется конспект.

Непременным условием глубокого усвоения учебного материала является знание основ, на которых строится изложение материала. Обычно преподаватель напоминает, какой ранее изученный материал и в какой степени требуется подготовить к очередному занятию. Эта рекомендация, как и требование систематической и серьезной работы над всем лекционным курсом, подлежит безусловному выполнению.

Методические рекомендации для обучающихся (с ОВЗ)

Под специальными условиями для получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья понимаются условия обучения, воспитания и развития, включающие в себя использование специальных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования. Построение образовательного процесса ориентировано на учет индивидуальных возрастных, психофизических особенностей обучающихся, в частности предполагается возможность разработки индивидуальных учебных планов. Реализация индивидуальных учебных планов сопровождается поддержкой тьютора (родителя, взявшего на себя тьюторские функции в процессе обучения, волонтера). Обучающиеся с ОВЗ, как и все остальные студенты, могут обучаться по индивидуальному учебному плану в установленные сроки с учетом индивидуальных особенностей и специальных образовательных потребностей конкретного обучающегося. При составлении индивидуального графика обучения для лиц с ОВЗ возможны различные варианты проведения занятий: проведение индивидуальных или групповых занятий с целью устранения сложностей в усвоении лекционного материала, подготовке к семинарским занятиям, выполнению заданий по самостоятельной работе. Для лиц с ОВЗ, по их просьбе, могут быть адаптированы как сами задания, так и формы их выполнения. Выполнение под руководством преподавателя индивидуального проектного задания, позволяющего сочетать теоретические знания и практические навыки; применение мультимедийных технологий в процессе ознакомительных лекций и семинарских занятий, что позволяет экономить время, затрачиваемое на изложение необходимого материала и увеличить его объем.

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации преподаватели, в соответствии с потребностями студента, отмеченными в ан-кете, и рекомендациями специалистов дефектологического профиля, разрабатывает фон-ды оценочных средств, адаптированные для лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности всех компетенций, заявленных в образовательной программе. Форма проведения текущей аттестации для студентов с ОВЗ устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). Лицам с ОВЗ может быть предоставлено дополнительное время для подготовки к ответу на экзамене, выполнения задания для самостоятельной работы.

При необходимости студент с ограниченными возможностями здоровья подает письменное заявление о создании для него специальных условий в Учебно-методическое управление Университета с приложением копий документов, подтверждающих статус инвалида или лица с ОВЗ.