

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Алтайский государственный педагогический университет»
(ФГБОУ ВО «АлтГПУ»)

**ПРЕДМЕТНО-СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ
КОРРЕКЦИЯ ОТКЛОНЕНИЙ ЗДОРОВЬЯ
СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Код, направление подготовки
(специальности):

44.03.01

Педагогическое образование

Профиль (направленность):

Физическая культура

Форма контроля

зачет 3 курс

Квалификация:

бакалавр

Форма обучения:

заочная

Общая трудоемкость (час / з.ед.):

108 / 3

Программу составила:

Колтыгина Е.В., доцент кафедры медицинских знаний и безопасности жизнедеятельности,
канд. психол. наук

Программа подготовлена на основании учебного плана в составе ОПОП

44.03.01 Педагогическое образование: Физическая культура

утвержденных Ученым советом ФГБОУ ВО «АлтГПУ» от «27» мая 2019 г., протокол № 8.

Программа утверждена:

на заседании кафедры медицинских знаний и безопасности жизнедеятельности

Протокол от «22» февраля 2019 г. № 7

Срок действия программы: 2019 – 2025 гг.

Зав. кафедрой: Цибирова Л.И., канд. мед. наук, доцент

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель:

Обучение студентов методикам и технологиям коррекции отклонений здоровья обучающихся средствами физической культуры: развитие жизнеспособности лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья, за счет обеспечения оптимального режима функционирования организма, специально организованной двигательной активности, формирования потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в осуществлении здорового образа жизни, максимального саморазвития и самосовершенствования занимающихся.

Задачи:

- формирование у занимающихся осознанного отношения к своим силам, уверенности в них, готовности к преодолению необходимых для полноценного функционирования субъекта физических нагрузок;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- повышение физической и умственной работоспособности;
- устранение функциональных отклонений и недостатков в физическом развитии, формирование правильной осанки, обучение рациональному дыханию, совершенствование физических способностей и укрепление здоровья.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

2.1. Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Дисциплины данной ОПОП:

- Основы медицинских знаний и здорового образа жизни;
- Оздоровительная физическая подготовка;
- Анатомия;
- Методика обучения и воспитания физической культуре;
- Физиология физического воспитания и спорта;
- Специальная педагогика и психология;
- Методика обучения и воспитания физической культуре;
- Лечебная физическая культура и массаж.

2.2. Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее:

- Особенности предметной подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья.

3. КОМПЕТЕНЦИИ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

ПК - 2. Способен осваивать и применять базовые научно-теоретические знания по предмету в профессиональной деятельности

ПК - 6. Способен осуществлять контрольно-оценочную деятельность по учебному предмету

4. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧАЮЩИМСЯ

Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
-----------------------------------	-----------------------------------

ИПК - 2.1. Владеет содержанием предметной области в соответствии с образовательной программой	Знает: – основы адаптивной физической культуры; – цель коррекции отклонений здоровья средствами физической культуры и обеспечивающие ее достижение задачи, выбирает оптимальные способы их решения.
ИПК - 2.2. Анализирует базовые научно-теоретические подходы к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов в предметной области	Умеет: – реализовать в профессиональной сфере коррекцию отклонений здоровья средствами физической культуры; – использовать двигательную активность в лечебно-профилактических целях, для сохранения и упрочения здоровья, нарушенного перенесенным заболеванием;
ИПК - 2.3. Использует систему базовых научно-теоретических знаний и практических умений в профессиональной деятельности	– повышать физическую и умственную работоспособность людей с отклонениями в состоянии здоровья. Владеет: – методикой мониторинга физического состояния и функциональной подготовленности людей с ослабленным здоровьем; – приемами составления комплексов физических упражнений с учетом характера заболевания; – методиками воспитания интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и внедрение их в режим дня учащегося.
ИПК - 6.1. Отбирает приемы и методы организации контрольно-оценочной деятельности с учётом содержания учебного материала предметной области	Знает: – методики и технологии коррекции отклонений здоровья средствами физической культуры; – особенности проведения занятий с учащимися специальной медицинской группы; – особенности коррекции отклонений здоровья средствами специально организованной двигательной активности при различных нозологиях с учетом возрастных особенностей и гендерных отличий; – определение функциональных возможностей лиц с ограниченными возможностями здоровья. Умеет: – укрепить здоровье, содействовать правильному физическому развитию и закаливанию организма; – повышать функциональный уровень органов и систем, ослабленных болезнью; – исследовать состояние здоровья, физического развития и функциональных возможностей с последующим распределением на медицинские группы; – определять влияние физических нагрузок на организм в процессе учебных и внеучебных занятий. Владеет: – методами распределения физических нагрузок в различных жизненных ситуациях и при осуществлении профессиональной деятельности с учетом физиологических особенностей организма; – здоровьесберегающими технологиями для обеспече-

	ния физической готовности к различным условиям жизнедеятельности; – методиками формирования правильной осанки; – системой психосоматической саморегуляции (аутогенная тренировка, мышечная релаксация, аутосуггестия, ментальный тренинг).
--	--

4.

5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ВИДОВ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ ПО СЕМЕСТРАМ

Профиль (направленность)	Семестр	Всего часов	Количество часов по видам учебной работы				
			Лек.	Практ.	КСР	Сам. работа	Зачет
Физическая культура и Безопасность жизнедеятельности	8	108	6	6	6	86	4
Итого		108	6	6	6	86	4

6. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Раздел / Тема	Содержание	Количество часов		
			Лекц.	Практ.	Сам. работа
1	Способы организации занятий физическими упражнениями при различных нарушениях функций	Гипокинезия и гиподинамия. Влияние недостаточной двигательной активности на организм человека. Виды адаптивной физической культуры: АФВ, физическая реабилитация, двигательная рекреация, телесно-ориентированные практики, адаптивный спорт, экстремальные виды двигательной активности. Организация "тропы здоровья" и "круга здоровья". Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов. Закаливающие процедуры в коррекции здоровья. Коррекция поведения средствами физической культуры Физиологические основы формирования двигательных навыков в АФК.	2	0	10
2	Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся	Комплектование групп для занятий физической культурой при нарушениях здоровья. Основы занятий физическим воспитанием в спецмедгруппе Интенсивность (величина) физической нагрузки и ее определение в АФК. Способы снижения физической нагрузки. Аппаратурные методики экспресс-	2	2	20

	с отклонениями в состоянии здоровья	диагностики физического состояния. БОС-тренажеры Возможности исследовательского комплекса «Омега». Определение уровня тренированности в АФК. Оценка реакции на физическую нагрузку как средство профилактики переутомления и оперативного контроля за состоянием здоровья. Признаки утомления при физических напряжениях Самоконтроль при занятиях адаптивной физической культурой.			
3	Общие особенности реализации принципов физического воспитания в адаптивной физической культуре	Коррекция нарушений осанки физическими упражнениями Коррекция плоскостопия физическими упражнениями. Физиологические особенности тренировки детей школьного возраста в АФК. Возрастные особенности физиологических функций и систем.	0	0	10
4	Коррекция здоровья при различных нозологиях специально организованной двигательной активностью	Недифференцированная дисплазия соединительной ткани и учет проявлений при занятиях физической культурой. Методика адаптивной физической культуры при врожденных аномалиях развития и после ампутации конечностей. Коррекция здоровья при гипертонической болезни, бронхиальной астме, сахарном диабете специально организованной двигательной активностью	0	2	20
5	Частные методики адаптивной физической культуры	Возрастные особенности занятий АФК. Учет гендерных особенностей при занятиях АФК. Восстановительные мероприятия в системе профилактики профзаболеваний. Аутопатогения.	2	2	18
6	Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре	Гимнастика для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Гидрореабилитация Коррекционно-развивающие игры в адаптивной физической культуре Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. Нетрадиционные оздоровительные технологии гимнастика для глаз Национальные спортивные и оздоровительные технологии Синхронизация дыхания при выполнении упражнений. Управление адаптационными процессами в АФК. Физическая работоспособность в особых условиях внешней среды.	0	2	14
7	Зачет		0	0	4
Итого			6	6	96

7. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ:

Курсовая работа не предусмотрена

8. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ: Приложение 1.

9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

9.1. Рекомендуемая литература: Приложение 2.

9.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Интернет-версия журнала «Адаптивная физическая культура» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.afkonline.ru/numbers/79.html>.

Документы и материалы по развитию адаптивной физической культуры и спорта [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/sport/paralympic/42/28279/>.
КБУЗ «Алтайский врачебно-физкультурный диспансер» (Раздел «Документы») [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://akvfd.zdravalt.ru/doc/>

Учебное пособие «Теория физической культуры и спорта» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.fisio.ru/fisioforoldpeople.html>
материалы «Банка лучших практик» КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа – интернат № 6» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://vid6.ucoz.ru/index/luchshaja_praktika/0-149

9.3. Перечень программного обеспечения:

1. Пакет Microsoft Office.
2. Пакет Libre Office.
3. Пакет Open Office.org.
4. Операционная система семейства Windows.
5. Интернет браузер.
6. Программа для просмотра электронных документов формата pdf, djvu.
7. Медиа проигрыватель.
8. Программа 7zip.
9. Пакет Kaspersky Endpoint Security 10 for Windows.
10. Редактор изображений Gimp.

9.4. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем: Приложение 3

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

1. Оборудованные учебные аудитории, в том числе с использованием видеопроектора и подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.

2. Аудитории для самостоятельной работы с подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.

3. Аудио, -видеоаппаратура.

11. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ:

Курс "Коррекция отклонений здоровья средствами физической культуры" разработан для института физической культуры и спорта АлтГПУ.

Для успешного освоения курса студентам необходимо посещать лекционные и практические занятия, пользоваться электронной библиотечной системой, учебниками, изданными в последние годы, ресурсами Интернет, научными статьями для изучения дополнительной литературы и специальной медицинско-биологической информации, подготовки к защите практических навыков и умений, необходимых для оптимального планирования нагрузки на уроках физической культуры и конкретного тренировочного занятия, оценки физического развития и функционального состояния организма человека.

Для положительной оценки необходимо обучение комплексу знаний, умений и навыков по организации медико-педагогического обеспечения лиц с отклонениями в состоянии здоровья, занимающихся физической культурой и спортом.

Рекомендуемые направления для выполнения самостоятельной работы студента:

- Биологическая потребность в движении людей с ОВЗ в зависимости от возраста и пола детей.
- Основные характеристики и требования к организации двигательной активности людей с ослабленным здоровьем.
- Направленность и объем физических нагрузок людей с ослабленным здоровьем.
- Дозирование нагрузок на уроках адаптивной физической культуры.
- Структура и нормирование физических нагрузок для людей с ослабленным здоровьем в течение дня, недели, года.

Студенту необходимо знать:

Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья.

Комплектование групп для занятий физической культурой при нарушениях здоровья.

Виды адаптивной физической культуры: АФВ, физическая реабилитация, двигательная рекреация, телесно-ориентированные практики, адаптивный спорт, экстремальные виды двигательной активности.

Изучение курса предполагает выполнение двух самостоятельных работ студента в виде защиты научного проекта или углубленной проработки актуальной темы. Работа может быть выполнена в виде презентации с указанием использованных источников. При выполнении всех отчетных пунктов и посещении занятий возможен зачет по итоговым баллам. При желании повышения балла или наличии пропусков, зачет сдается по итоговым вопросам. Рекомендуется принять участие в Дне науки института физической культуры и спорта в качестве выступающего с докладом или научным мини-исследованием, или слушателя.

Рекомендуется выполнение самостоятельной работы на примере изучения методик занятий с конкретной нозологией. Работа должна носить практикоориентированный характер.

На занятиях практикуется самоконтроль и взаимоконтроль, дискуссионное обсуждение рассматриваемых вопросов.

Методические указания для обучающихся при работе над конспектом лекций во время проведения лекции:

В процессе лекций рекомендуется вести конспект, что позволит впоследствии вспомнить изученный учебный материал, дополнить содержание при самостоятельной работе с литературой, подготовиться к отчетности.

Следует обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации, положительный опыт в ораторском искусстве. Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Работа с литературой:

Работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у обучающихся свое отношение к конкретной проблеме.

Изучая материал по учебной книге (учебнику, учебному пособию, монографии, и др.), следует переходить к следующему вопросу только после полного уяснения предыдущего, фиксируя выводы и вычисления, в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода.

Особое внимание обучающийся должен обратить на определение основных понятий курса. Надо подробно разбирать примеры, которые поясняют определения. Полезно составлять опорные конспекты.

Выводы, полученные в результате изучения учебной литературы, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы при перечитывании материала они лучше запоминались.

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса.

Вопросы, которые вызывают у обучающегося затруднение при подготовке, должны быть заранее сформулированы и озвучены во время занятий в аудитории для дополнительного разъяснения преподавателем.

При освоении дисциплины предполагается вовлечение студента в следующие виды учебной деятельности:

1. На аудиторных занятиях:

- прослушивание лекций;
- диалоговое взаимодействие по тематике дисциплины.

2. При осуществлении самостоятельной работе:

- подготовка к практическим занятиям по предлагаемой тематике;
- выполнение контрольной работы,
- подготовка к тестовому срезу знаний.

3. При проведении консультаций:

- подготовка отчетов о самостоятельной работе;
- диалоговое взаимодействие с преподавателем по тематике дисциплины.

4. Текущий контроль:

- презентация готовности по темам практических занятий;
- участие в контрольном срезе на основе выполнения контрольной работы и/или выполнения тестовых заданий.

Методические указания по подготовке к практическим занятиям по дисциплине.

Практическое занятие как один из видов учебных занятий, проводимых под руководством преподавателя, направлен на углубленное освоение дисциплины, овладение методологией применительно к специфике изучаемых областей. Методической особенностью проведения практического занятия является использование эвристических приемов, в частности, создание проблемной ситуации, постановка дискуссионных вопросов и т.д. Также возможно широкое применение различных иллюстративных средств. При подготовке к практическим занятиям необходимо внимательно ознакомиться с перечнем выносимых на рассмотрение вопросов в рамках изучаемой темы, выбрать из списка рекомендуемой литературы издания, в которых они раскрываются. Следует обратить внимание на включенные в список источники и при работе с ними составить в тезисном виде конспект. При подготовке желательно выделять проблемные, дискуссионные аспекты рассматриваемых тем. В целях овладения понятийным аппаратом дисциплины рекомендуется прорабатывать прилагаемый к каждой теме список основных терминов. При ответе следует учитывать регламент работы, поэтому выступления должны быть по содержанию пре-

дельно четкими и емкими. Работа на практическом занятии предполагает дискуссионные ситуации, что требует постоянного включения в работу, внимательного и уважительного отношения к докладчикам, корректной постановки вопросов, оспаривающих реплик и возражений.

Оценивание работы студента на семинарском занятии осуществляется по следующим критериям:

- полнота и четкость ответа;
- знание исторических источников и историографии;
- активность на протяжении всего занятия;
- проявление общей эрудиции и коммуникативных способностей.

Методические рекомендации для студентов, осваивающих дисциплину по индивидуальному учебному плану. Студенты, переведенные на индивидуальный учебный план, до начала занятий по дисциплине должны обратиться к преподавателю и получить пакет заданий по дисциплине для самостоятельного овладения материалом, а также определить с преподавателем точки рубежного контроля и способы дистанционного взаимодействия.

Методические рекомендации обучающимся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

Специальные условия обучения в ФГБОУ ВО «АлтГПУ» определены «Положением об инклюзивном образовании» (утверждено приказом ректора от 25.12.2015 г. № 312/1п). Данным положением предусмотрено заполнение студентом при зачислении в ФГБОУ ВО «АлтГПУ» анкеты «Определение потребностей обучающихся в создании специальных условий обучения», в которой указываются потребности лица в организации доступной социально-образовательной среды и помощи в освоении образовательной программы.

Для лиц с ОВЗ, по их просьбе, могут быть адаптированы как сами задания, так и формы их выполнения по дисциплине. Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине в соответствии с потребностями студента, отмеченными в анкете, могут быть обеспечены специальные условия. При необходимости лицам с ОВЗ может быть предоставлено дополнительное время для подготовки к ответу на экзамене, выполнения заданий по самостоятельной работе.

Студент с ограниченными возможностями здоровья обязан:

- выполнять требования программы дисциплины;
- сообщить преподавателю о наличии у него ограниченных возможностей здоровья и необходимости создания для него специальных условий.

Список литературы

Код: 44.03.01

Направление: Педагогическое образование: Физическая культура

Программа: zФК44.03.01_2020.plx

Дисциплина: Коррекция отклонений здоровья средствами физической культуры

Кафедра: Медицинских знаний и безопасности жизнедеятельности

Тип	Книга	Количество
Основная	Акатова А. А. Врачебный контроль в лечебной физической культуре и адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учебное пособие / А. А. Акатова, Т. В. Абызова. — Пермь: ПГПУ, 2015. — 102 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/70620.html .	9999
Основная	Евсеев С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры [Электронный ресурс] : учебник / С. П. Евсеев. — Москва: Спорт, 2016. — 616 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/55593.html .	9999
Основная	Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учебник / [авт.-сост.: О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев] ; под ред. С. П. Евсеева. — : Спорт; Москва, 2016. — 384 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/55569.html .	9999
Дополнительная	Адаптивное физическое воспитание детей школьного возраста [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / [сост. Н. А. Бойко, В. Н. Бойко]. — Сургут: Сургутский государственный педагогический университет, 2016. — 116 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/86980.html .	9999
Дополнительная	Егорова С. А. Лечебная физкультура и массаж [Электронный ресурс] : учебное пособие / С. А. Егорова, Л. В. Белова, В. Г. Петрякова. — Ставрополь: Изд-во СКФУ, 2014. — 258 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/62950.html .	9999
Дополнительная	Караулова Л. К. Физиологические основы адаптивной физической культуры [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л. К. Караулова, М. М. Расулов. — Москва: МГПУ, 2010. — 68 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/26642 .	9999
Дополнительная	Лечебная физическая культура: учебник для студентов вузов / [С. Н. Попов и др.] ; под ред. С. Н. Попова. — М.: Академия, 2008. — 413 с.: ил.	50
Дополнительная	Медведева Л. Е. Организация и методика проведения занятий в специальных медицинских группах [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л. Е. Медведева. — Омск: Изд-во СибГУФК, 2006. — 116 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/65010.html .	9999
Дополнительная	Рипа М. Д. Коррекционно-развивающие основы лечебной и адаптивной физической культуры [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие. Ч. 1 / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова ; Московский городской педагогический университет. — Москва: МГПУ, 2013. — 288 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/26508 .	9999
Дополнительная	Ростомашвили Л. Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития : учебное пособие / Л. Н. Ростомашвили. — Москва: Спорт, 2020. — 164 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/88510.html . — Текст (визуальный) : электронный.	9999
Дополнительная	Харченко Л. В. Теория и методика адаптивной физической культуры для лиц с сенсорными нарушениями [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л. В. Харченко, Т. В. Синельникова, В. Г. Турманидзе. — Омск, 2016. — 112 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/59660.html .	9999

Согласовано:

Преподаватель

(подпись, И.О. Фамилия)

Заведующий кафедрой

(подпись, И.О. Фамилия)

Отдел книгообеспеченности НГБ АлтГПУ

(подпись, И.О. Фамилия)