

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Щёкина Вера Витальевна

Должность: ректор

Дата подписания: 16.12.2024 10:02:21

Уникальный программный ключ:

a2232a55157e576551a8999b1190892af53989420420336ffbf573a454e37789

	МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ
	федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Благовещенский государственный педагогический университет»
	ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА Рабочая программа дисциплины

«УТВЕРЖДАЮ»

Декан факультета физической

культуры и спорта

ФГБОУ ВО «БГПУ»

Р.В. Федоров

«30» сентября 2024 год

Рабочая программа дисциплины

АДАПТИВНОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ

Направление подготовки

**49.03.02 - ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ
В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (адаптивная физическая культура)**

Профиль

«АДАПТИВНОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ»

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Принята

**на заседании кафедры теории
и методики физической культуры,
безопасности жизнедеятельности и здоровья
(протокол № 12 от «15» мая 2019 г.)**

Благовещенск 2024

содержание

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	5
3 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ (РАЗДЕЛОВ).....	7
4 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (УКАЗАНИЯ) ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ	7
5 ПРАКТИКУМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	9
6 ДИДАКТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ	13
7 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ.....	26
8 ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	26
9 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ	26
10 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА	27
11 ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ	28

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Цель дисциплины: формирование системы научно-практических и специальных знаний необходимых в педагогической деятельности для организации и проведения занятий с оздоровительной направленностью со взрослым населением, для личностного и профессионального развития, самосовершенствования.

1.2 Место дисциплины в структуре ООП:

Дисциплина «Адаптивное физическое воспитание взрослого населения» относится к блоку Б1 (Б1. В.07). Освоение курса базируется на знаниях, полученных студентами при изучении предметов педагогического и медико-биологического циклов.

1.3 Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций: ПК-2, ПК-4, ПК-5:

-- **ПК-2.** Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов, индикаторами достижения которой является:

- ПК - 2.1 Анализирует данные для разработки и реализации планов занятий по общей и специальной подготовке с лицами с ограниченными возможностями здоровья;

- ПК-2.2 Осуществляет тренировочную и образовательную деятельность в соответствии с технологиями дифференцированного, развивающего обучения, осуществлять компетентный подход в отношении лиц с отклонениями в состоянии здоровья всех возрастных групп;

- ПК-2.3 Применяет знания, практические и методические умения в области лечебной физкультуры и массажа, технологий оздоровления различных систем организма человека для работы с людьми с отклонениями в состоянии здоровья различных возрастных и нозологических групп в адаптивном физическом воспитании.

- **ПК-4.** Организует методическое обеспечение реабилитационной (восстановительной) деятельности с применением средств физической культуры, спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, индикаторами достижения которой является:

- ПК – 4.1 Владеет знаниями о роли спорта в социальной жизни человека, об особенностях соревновательной деятельности, системе спортивных соревнований, особенностях проведения соревнований в адаптивном спорте.

- ПК – 4.2 Умеет разрабатывать учебно-методические материалы для проведения занятий по общей физической и специальной подготовке с лицами с ограниченными возможностями здоровья;

- ПК - 4.3 Владеет методикой проведения тренировочных занятий по общей и специальной подготовке с лицами с ограниченными возможностями здоровья;

- ПК – 4.4 Диагностирует общую физическую, функциональную и специальную подготовленность занимающихся в процессе занятий адаптивной физической культурой и спортом.

- **ПК-5.** Обеспечивает воспитание у занимающихся негативного отношения ко всем видам антисоциального поведения и зависимостей человека и обучает лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и предупреждению травматизма на занятиях по адаптивному физическому воспитанию, индикаторами достижения которой является:

- ПК – 5.1 Знать антидопинговые правила;

- ПК – 5.2 Владеть правилами техники безопасности при проведении занятий и мероприятий по адаптивной физической культуре, адаптивному спорту, основы организации первой помощи инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья;

•ПК– 5.3 Разъяснять инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья вопросы антидопинговой подготовки, применения фармакологических средств спортсменами, правила техники безопасности при выполнении упражнений, участия в спортивной (подвижной) игре, использовании спортивного инвентаря, технических средств реабилитации;

•ПК– 5.4 Выявлять угрозы и определять степень опасности внешних и внутренних факторов для инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять алгоритмы действий для устранения или снижения опасности последних.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения. В результате изучения дисциплины студент должен

- знать:

- основные факторы, определяющие особенности физического воспитания взрослых;

- методику оздоровительных занятий со взрослым населением;

- нормативно-правовое обеспечение организации оздоровительных занятий со взрослым населением;

- особенности обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры;

- способы формирования гармоничного развития личности в адаптивной физической культуре;

- основы здорового образа жизни и его компоненты;

- нормы и ценности адаптивной физической культуры;

- уметь:

- ставить и решать оздоровительные задачи физического воспитания взрослого населения;

- обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры;

- обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры;

- определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

- проводить профилактическую работу по недопущению негативных социальных явлений в жизни лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

- формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться;

- использовать различные формы организации занятий в основной период трудовой деятельности;

- владеть:

- методами и организацией проведения оздоровительных занятий со взрослым населением;

- методикой применения оздоровительных средств физической культуры со взрослым населением в различных направлениях физкультурно-оздоровительной деятельности;

- навыками использования средств физической культуры для личного самосовершенствования;

- навыками подбора форм, средств и методов, направленных на реализацию целей и задач гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

- навыками использования различных формы организации занятий в основной период трудовой деятельности;

- навыками составления оздоровительных методик физического воспитания со взрослым населением;

- технологиями по недопущению негативных социальных явлений в жизни лиц с отклонениями в состоянии здоровья

- способами формирования навыков самосовершенствования в адаптивной физической культуре;

- приемами, способствующими самоактуализации лиц с отклонениями в состоянии здоровья в области адаптивной физической культуры.

1.5 Общая трудоемкость дисциплины «Адаптивное физическое воспитание детей школьного возраста» составляет 4 з.е. (144 ч.).

№	Наименование раздела	Курс	Семестр	Количество часов	ЗЕ
1	Адаптивное физическое воспитание детей дошкольного возраста	4	7	144	4

Программа предусматривает изучение материала на лекциях и практических занятиях. Предусмотрена самостоятельная работа обучающихся по темам и разделам. Проверка знаний осуществляется фронтально, индивидуально.

1.4 Объем дисциплины и виды учебной работы

Объем дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр 7
Общая трудоемкость	144	144
Аудиторные занятия	54	54
Лекции	22	22
Практические занятия	32	32
Самостоятельная работа, написание курсовой работы	54	54
Вид контроля		защита курсовой работы
Вид итогового контроля	36	экзамен