

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Щёкина Вера Витальевна

Должность: Ректор

Дата подписания: 07.11.2022 07:05:46

Уникальный программный ключ:

a2232a55157e576531a8899b4400892af53989420420536b01575a454e57789



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**

**О.В. Юречко**

**«22» мая 2019 г.**

**Рабочая программа дисциплины**

**ЧАСТНЫЕ МЕТОДИКИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**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 2019**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

|                                                                                                               |           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1 ПОСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....</b>                                                                           | <b>3</b>  |
| <b>2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ .....</b>                                                               | <b>6</b>  |
| <b>3 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ (РАЗДЕЛОВ) .....</b>                                                                      | <b>7</b>  |
| <b>4 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (УКАЗАНИЯ) ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО<br/>ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>                  | <b>10</b> |
| <b>5 ПРАКТИКУМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ .....</b>                                                                        | <b>11</b> |
| <b>6 ДИДАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ (САМОКОНТРОЛЯ)<br/>УСВОЕННОГО МАТЕРИАЛА .....</b>                   | <b>19</b> |
| <b>7 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИИ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В<br/>ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ .....</b>                        | <b>36</b> |
| <b>8 ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С<br/>ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ .....</b> | <b>36</b> |
| <b>9 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ .....</b>                                                    | <b>36</b> |
| <b>10 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА .....</b>                                                                  | <b>37</b> |
| <b>11 ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ .....</b>                                                                   | <b>38</b> |

## 1 ПОСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПISКА

**1.1 Цель дисциплины:** формирование теоретико-методической и практической профессиональной подготовки в сфере частных методик адаптивной физической культуры.

**1.2 Место дисциплины в структуре ООП:**

Дисциплина «Частные методики адаптивной физической культуры» относится к блоку Б1 дисциплин Б1. О. 26. Для освоения дисциплины «Частные методики адаптивной физической культуры» необходимы знания, умения и компетенции, полученные студентами при изучении таких дисциплин как: «Анатомия человека», «Физиология человека», «Теория и методика обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности».

**1.3 Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций:** ОПК-2, ОПК-3, ОПК-8, ОПК-10:

**-ОПК-2.** Способен 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, индикаторами достижения которой является:

- ОПК - 2.1 Осуществляет обучение 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.

- ОПК – 2.2 Формирует у лиц с отклонениями в состоянии здоровья способы самообразования в сфере адаптивной физической культуры.

- ОПК – 2.3 Осуществляет обучение лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры.

**-ОПК-3.** Способен обосновывать выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием специальных знаний и способов их рационального применения в специальных медицинских группах в организациях общего и среднего профессионального образования, индикаторами достижения которой является:

- ОПК - 3.1 Проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.

- ОПК - 3.2 Осуществляет выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием специальных знаний и способов их рационального применения в специальных медицинских группах в организациях общего и среднего профессионального образования.

**-ОПК-8.** Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья, индикаторами достижения которой является:

- ОПК - 8.1 Знает и понимает морфофункциональные, социально-психологические особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических форм, возрастных и гендерных групп.

- ОПК - 8.2 Знание и учитывает закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья при проведении реабилитационных мероприятий.

- ОПК - 8.3 Умеет работать в междисциплинарной команде специалистов, реализующих процесс восстановления лиц с ограниченными возможностями здоровья;

• ОПК – 8.4 Определяет цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

• ОПК – 8.5 Проводит с занимающимися комплексы физических упражнений, применяет физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций.

**-ОПК-10.** Способен проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний), индикаторами достижения которой является:

• ОПК - 10.1 Знает закономерности развития различных видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием и поражением, сопутствующих основному дефекту, заболеванию и поражению;

• ОПК - 10.2 Проводит комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (комплексы физических упражнений, применяет физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний));

**1.4 Перечень планируемых результатов обучения дисциплине в результате изучения студент должен:**

**-знать:**

- анатоμο-физиологическую характеристику патологии сенсорных систем, интеллекта, опорно-двигательного аппарата, классификацию нарушений по степени тяжести и времени получения дефекта;
- показания и противопоказания к занятиям отдельными видами физических упражнений;
- состав и классификацию средств, направленных на решение координационных, компенсаторных, профилактических, лечебно-восстановительных задач;
- методы и методические приемы обучения двигательным действиям и развития физических и координационных способностей, воспитания и самовоспитания занимающихся, особенности организации и взаимодействия в группе, регулирования и психофизического состояния на занятиях;
- особенности методики, организации и построения занятий в адаптивном физическом воспитании;
- возможности использования межпредметных связей для коррекции двигательных и психических нарушений, активизации познавательной деятельности;
- меры обеспечения безопасности, профилактики травматизма. создания психологического комфорта на занятиях;
- меры обеспечения безопасности на занятиях физическими упражнениями;

**-уметь:**

- понимать, принимать, приобщать детей-инвалидов к занятиям АФК, здоровому образу жизни, помогать реализации потенциальных возможностей;
- формировать задачи (образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие, компенсаторные, профилактические, лечебно-восстановительные);
- подбирать доступные средства, методы, методические приемы, организационные формы занятий;

- регулировать физическую и психоэмоциональную нагрузку в процессе занятий;
- осуществлять коррекцию и компенсацию вторичных нарушений в движениях, соматическом развитии физических и координационных способностях, сенсорных системах, вегетативных функциях;
- организовывать и проводить спортивно-массовые мероприятия;
- проводить врачебно-педагогические наблюдения, хронометрирования, пульсометрию, тестирование, анализировать учителя и занимающихся;

**-владеть:**

- навыками занятий физической культурой с целью достижения должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
- технологией обучения различных категорий людей с разными нозологическими группами двигательным действиям;
- методикой коррекции и развития физических качеств, в процессе физкультурно-спортивной деятельности лиц с ограниченными физическими возможностями;
- навыками планирования и построения занятий с лицами с отклонениями в состоянии здоровья;
- методикой подбора и проведения подвижных игр коррекционной направленности;
- навыками работы с родителями детей-инвалидов;
- методикой проведения занятий адаптивной физической культурой с инвалидами пожилого возраста.

**1.5 Общая трудоемкость дисциплины** «Частная методика адаптивной физической культуры» составляет 12 зачетных единиц (далее-ЗЕ) (432 часа)

| № | Наименование раздела                            | Курс | Семестр | Кол-во часов | ЗЕ |
|---|-------------------------------------------------|------|---------|--------------|----|
| 1 | Частная методика адаптивной физической культуры | 1    | 2       | 72           | 2  |
| 2 | Частная методика адаптивной физической культуры | 2    | 3-4     | 216          | 6  |
| 3 | Частная методика адаптивной физической культуры | 3    | 5       | 144          | 4  |

**Общая трудоемкость дисциплины** «Частная методика адаптивной физической культуры» составляет 12 зачетных единиц.

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

**1.6 Объем дисциплины и виды учебной деятельности**

**Объем дисциплины и виды учебной деятельности (очная форма обучения)**

| Вид учебной работы   | Всего часов | Семестр 2 | Семестр 3-4 | Семестр 5 |
|----------------------|-------------|-----------|-------------|-----------|
| Общая трудоемкость   | 432         | 72        | 216         | 144       |
| Аудиторные занятия   | 198         | 54        | 90          | 54        |
| Лекции               | 80          | 22        | 36          | 22        |
| Лабораторные занятия | 118         | 32        | 54          | 32        |

|                        |     |       |         |         |
|------------------------|-----|-------|---------|---------|
| Самостоятельная работа | 162 | 18    | 90      | 54      |
| Вид итогового контроля | 72  | Зачет | Экзамен | Экзамен |