

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ВОРОНЕЖСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ СПОРТА»

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по образовательной
деятельности

Е.В. Суханова
2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Программа аспирантуры:

5.8.6. «Оздоровительная и адаптивная физическая культура»

Группа специальностей:

5.8 «Педагогика»

Квалификация выпускника:

Педагог - исследователь

Форма обучения:

Очная

Год набора: 2024

Разработчик рабочей программы:

«Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры»

Воронеж 2023

РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО
на заседании кафедры теории и методики
адаптивной физической культуры
протокол № 11
от «25» мая 2023 г.
Заведующий кафедрой
Бегидова Т.П. (Т.П. Бегидова)
Руководитель ОП ВО
Бегидова Т.П. (Т.П. Бегидова)

СОГЛАСОВАНО
на заседании учебно-методического совета
протокол № 5
от «19» 06 2023 г.
Начальник учебного отдела
В.Б. Маркина
Заведующая библиотекой
И.А. Цареградская

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Оздоровительная и адаптивная физическая культура» составлена в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральными государственными требованиями к структуре программ подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре, утверждённым приказом Минобрнауки России от 20.10.2021 № 951 (Зарегистрировано в Минюсте России 23.11.2021 №65943), Положением о подготовке научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре (Постановление Правительства Российской Федерации от 30.11.2021 №2122)

Разработчик:

Бегидова Т.П. – к.п.н., профессор, зав. кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры

Рецензент:

Маслова И.Н. – д.п.н., доцент, зав. кафедрой теории и методики циклических видов спорта

ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ (МОДУЛЯ)

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № ___ от _____ 2023 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № ___ от _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № ___ от _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № ___ от _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № ___ от _____ 20__ г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине	5
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы	5
3. Объем дисциплины и виды учебной работы	5
4. Содержание дисциплины	6
5. Фонд оценочных средств	11
6. Перечень основной и дополнительной литературы	18
7. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»	19
8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости).	19
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины	20

1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Целью освоения дисциплины является формирование системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области оздоровительной и адаптивной физической культуры и реализация их в преподавательской деятельности в области педагогических наук по научной специальности 5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура.

Планируемые результаты обучения по дисциплине:

Знать:

– методологию исследования проблем оздоровительной и адаптивной физической культуры;

- научные подходы к исследованию тенденций развития оздоровительной и адаптивной физической культуры;

- методологические и теоретические основы оздоровительной и адаптивной физической культуры;

Уметь:

– обновлять профессиональные функции и компетенции специалистов в условиях цифровизации экономики и социальной сферы;

- формировать профессиональное мировоззрение;

- управлять качеством оказания услуг в области оздоровительной и адаптивной физической культуры;

Владеть:

– эффективными практиками подготовки кадров для оздоровительной и адаптивной физической культуры;

- методологией разработки стандартов оказания услуг по оздоровительной и адаптивной физической культуре («физкультурно-оздоровительным мероприятиям и занятиям спортом» инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья);

- методами исследования оздоровительной и адаптивной физической культуры, в том числе с применением цифровых технологий.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина (модуль) «Оздоровительная и адаптивная физическая культура» относится к образовательному блоку и является профилирующей учебной дисциплиной.

В соответствии с примерным учебным планом дисциплина изучается на 2 и 3 курсе очной формы обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет, экзамен.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Очное обучение	
	Семестры	
	4	5
Контактная работа преподавателя с обучающимися:		8

В том числе:		
Лекции (Л)	8	8
Лабораторные занятия (ЛЗ)		
Практические занятия (ПЗ)	16	16
Вид промежуточной аттестации	зачет	экзамен
Самостоятельная работа студента (СРС)		96
Контроль (К)	8	8
Всего часов (семестр)	72	72
Зачетные единицы (семестр)	2	2
Общая трудоемкость дисциплины:	Всего часов:	144
	Всего зачетных единиц:	4

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1.2. Перечень разделов (тем), распределение учебной нагрузки по видам занятий (очное обучение)

№№ п/п	Разделы (темы)	Л	ЛЗ	ПЗ	СРС	Контроль
4 семестр						
1	Основные понятия оздоровительной физической культуры: средства, виды, функции, формы. Специфические и общекультурные функции. Педагогические задачи, методы и методики оздоровительной физической культуры	2		4	48	
2	Оздоровительные технологии для профилактики нарушений в состоянии здоровья Оздоровительные технологии на базе плавания с использованием музыкального воздействия, цветотерапии. Анималотерапия в оздоровительных технологиях: иппотерапия, канистерапия, фелинотерапия, дельфинотерапия. Оздоровительные технологии с использованием психорегулирующих технологий: психическая саморегуляция, аутогенная тренировка, релаксационная гимнастика. Методика оздоровительных, физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения	2		2	48	
3	Методы и организация комплексного физиологического и психолого-педагогического контроля состояния организма на занятиях оздоровительной физической культурой.	2				

4	Средства, виды, формы и направления оздоровительных технологий. Оздоровительные технологии на предприятиях, в образовательных учреждениях, по месту жительства. Учет возрастно-половых особенностей при разработке оздоровительной физической тренировки	2				
Всего часов по видам занятий		8		16	40	8
ИТОГО часов		72				
5 семестр						
5	Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. Педагогические задачи АФК.	2		4	45	
6	Основные понятия, компоненты, виды, средства и термины АФК. Планирование и проведение занятий по адаптивной физической культуре. Структура обучения двигательным действиям и развития физических качеств в АФК.	2		4	44	
7	Суть тренировочных занятий и соревнований как основной формы организации АФК. Методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий и развлечений (праздников, соревнований) с использованием различных средств адаптивной физической культуры. Спортивно-медицинская классификация инвалидов с различными поражениями. Значение самоконтроля у занимающихся АФК. Использование экспресс - диагностики функционального состояния организма и места локализации патологического очага или травмы. Особенности составления по медицинским показаниям комплекса мероприятий для организации и проведения занятий по адаптивной физической культуре. Методы и формы работы с родителями, имеющим детей-инвалидов.	2				
8	Двигательные расстройства характерные для инвалидов всех нозологических групп. Методика активизации познавательной деятельности глухих детей с помощью АФК. Коррекционно-развивающие подвижные игры для детей с умственной отсталостью. Двигательная реабилитация детей с ДЦП с помощью АФК. Особенности занятий на тренажерах с детьми и подростками с отклонениями в развитии. Коррекционная	2				

	<p>направленность АФК для детей с нарушением зрения. Особенности АФК маломобильных граждан. Особенности АФК людей с нарушением слуха. Особенности АФК людей с ментальными расстройствами. Особенности формулирования конкретных задач занятий адаптивной физической культурой с различными нозологиями.</p> <p>Материально-техническое обеспечение АФК.</p> <p>Рациональное применение учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств и тренажерных устройств</p>					
Всего по видам занятий	8		16	40	8	
ИТОГО часов	72					

4.2. Наименование разделов (тем) и их краткое содержание

№ п/п	Наименование раздела (темы) дисциплины	Содержание раздела	Форма текущего контроля успеваемости
1.	Общие основы теории и методики оздоровительной физической культуры	<p>Основные понятия оздоровительной физической культуры: средства, виды, функции, формы. Специфические и общекультурные функции. Педагогические задачи, методы и методики оздоровительной физической культуры</p> <p>Оздоровительные технологии для профилактики нарушений в состоянии здоровья</p> <p>Оздоровительные технологии на базе плавания с использованием музыкального воздействия, цветотерапии.</p> <p>Анималотерапия в оздоровительных технологиях: иппотерапия, канистерапия, фелинотерапия, дельфинотерапия.</p> <p>Оздоровительные технологии с использованием психорегулирующих технологий: психическая саморегуляция, аутогенная тренировка, релаксационная гимнастика. Методика оздоровительных, физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения</p> <p>Методы и организация комплексного физиологического и психолого-педагогического контроля состояния организма на занятиях оздоровительной физической культурой.</p> <p>Средства, виды, формы и направления оздоровительных технологий. Оздоровительные технологии на предприятиях, в образовательных учреждениях, по месту жительства. Учет возрастно-половых особенностей при разработке оздоровительной физической тренировки</p>	Устный опрос\ Реферат
2	Общие основы теории и методики адаптивной физической культуры	<p>Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. Педагогические задачи АФК.</p> <p>Основные понятия, компоненты, виды, средства и термины АФК.</p> <p>Планирование и проведение занятий по адаптивной физической культуре.</p> <p>Структура обучения двигательным действиям и развития физических качеств в АФК.</p> <p>Суть тренировочных занятий и соревнований как основной формы организации АФК. Методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий и развлечений (праздников, соревнований) с использованием различных</p>	Устный опрос Реферат

		<p>средств адаптивной физической культуры. Спортивно-медицинская классификация инвалидов с различными поражениями. Значение самоконтроля у занимающихся АФК. Использование экспресс - диагностики функционального состояния организма и места локализации патологического очага или травмы. Особенности составления по медицинским показаниям комплекса мероприятий для организации и проведения занятий по адаптивной физической культуре. Методы и формы работы с родителями, имеющим детей инвалидов. Двигательные расстройства, характерные для инвалидов всех нозологических групп. Методика активизации познавательной деятельности глухих детей с помощью АФК. Коррекционно-развивающие подвижные игры для детей с умственной отсталостью. Двигательная реабилитация детей с ДЦП с помощью АФК. Особенности занятий на тренажерах с детьми и подростками с отклонениями в развитии. Коррекционная направленность АФК для детей с нарушением зрения. Особенности АФК маломобильных граждан. Особенности АФК людей с нарушением слуха. Особенности АФК людей с ментальными расстройствами. Особенности формулирования конкретных задач занятий адаптивной физической культурой с различными нозологиями. Материально-техническое обеспечение АФК. Рациональное применение учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств и тренажерных устройств</p>	
--	--	---	--

4.3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающегося

Для успешного освоения дисциплины и формирования компетенций обучающемуся необходимо систематически в полном объеме выполнять все задания самостоятельной работы.

В организации самостоятельной работы обучающегося по дисциплине выделяются два вида – аудиторная (под руководством преподавателя) и внеаудиторная.

Основными видами самостоятельной внеаудиторной работы по дисциплине являются: усвоение содержания рекомендованной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (ЭБС, электронные учебники и т.д.), конспектирование учебной литературы, подготовка сообщений, докладов, подбор литературы (в том числе с использованием Интернет-ресурсов) по индивидуальному заданию, написание рефератов, выполнение микроисследований, закрепление теоретического материала путем выполнения практических, проблемно-ориентированных, творческих заданий, подготовка презентации по теме занятия и т.д.

При подготовке к выполнению самостоятельной работы обучающемуся необходимо:

- тщательно изучить теоретический и методический материал, изложенный в учебнике, учебном пособии и/или научных статьях;
- особое внимание уделить основным определениям и фактам по теме занятия;
- проектировать ситуации по профилю и находить творческие решения и подходы.

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Типовые задания для текущего контроля

Примерные темы устных опросов

1. Основные формы и направления оздоровительных технологий.
2. Оздоровительные технологии на предприятиях, в ОУ, по месту жительства.
3. Виды физкультурно-оздоровительных тренировок и их использование в укреплении здоровья;
4. Учет возрастно-половых особенностей при разработке оздоровительной физической тренировки.
5. Виды, средства и особенности организации оздоровительного туризма.
6. Виды фитнес-технологий и влияние их на здоровье человека.
7. Самомассаж: виды и техники.
8. Оздоровительные технологии для профилактики нарушений зрения.
9. Оздоровительные технологии на базе плавания: виды и особенности применения.
10. Оздоровительные технологии с использованием музыкального воздействия: музыкально-ритмические и медитативные упражнения.
11. Цветотерапия в оздоровительных технологиях.
12. Анималотерапия в оздоровительных технологиях: иппотерапия, канистерапия, фелинотерапия, дельфинотерапия.
13. Оздоровительные технологии с использованием психорегулирующих упражнений: психическая саморегуляция, аутогенная тренировка, релаксационная гимнастика.
14. Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
15. Структура обучения двигательным действиям и развития физических качеств в АФК.
16. Педагогические задачи АФК.
17. Основные понятия, компоненты, виды, средства и термины АФК.
18. Развитие физических качеств в АФК.
19. Материально-техническое обеспечение АФК.
20. Двигательные расстройства характерные для инвалидов всех нозологических групп.
21. Суть тренировочных занятий и соревнований как основной формы организации АФК.
22. Значение самоконтроля у занимающихся АФК.
23. Спортивно-медицинская классификация инвалидов с различными поражениями.
24. Методы и формы работы, с родителями имеющие детей инвалидов.
25. Методика активизации познавательной деятельности глухих детей с помощью АФК.
26. Коррекционно-развивающие подвижные игры для детей с умственной отсталостью.
27. Двигательная реабилитация детей с ДЦП с помощью АФК.
28. Особенности занятий на тренажерах с детьми и подростками с отклонениями в развитии.
29. Коррекционная направленность АФК для детей с нарушением зрения.
30. Особенности АФК маломобильных граждан.
31. Особенности АФК людей с нарушением слуха.
32. Особенности АФК людей с ментальными расстройствами.

Критерии оценки:

«5» баллов - выставляется студенту, который полно излагает изученный материал, дает правильное определение основных понятий; может обосновать свои суждения; излагает материал последовательно и правильно.

«4» балла – выставляется студенту, который недостаточно полно излагает изученный материал, дает неточное определение основных понятий; может обосновать свои суждения; допускает 1-2 недочета.

«3» балла - выставляется студенту, который неполно излагает изученный материал, дает неправильное определение основных понятий; не может обосновать свои суждения; излагает материал скудно.

«2» балла - выставляется студенту, который не может обосновать свои суждения; не знает материал.

«1» балл – неявка на контрольный опрос.

Примерные темы рефератов (эссе, творческих работ)

1. Реализация оздоровительной технологии на предприятии (предприятие на выбор).
2. Оздоровительные технологии, применяемые с учетом возрастно-половых особенностей при разработке оздоровительной физической тренировки.
3. Оздоровительная работа в детских лагерях.
4. Реализация адаптивной физической культуры (на выбор по нозологиям)
5. Нормативные акты как основа организации учреждений (секций, отделений) по адаптивному спорту (АС).
6. Договор о сотрудничестве в государственно-частном партнерстве в практике работы по АФК и АС
7. Правовые и финансовые проблемы спортивно-адаптивных школ
8. Частно-государственное партнерство в сфере адаптивной физической культуры и спорта.

Примерная тематика индивидуальных или групповых проектов

Разработать проект развития «Школы здоровья» (для ДОУ, СОШ, ВУЗ)

Обучающийся должен предоставить реферат в печатном виде, оформленный в соответствии с требованиями, предъявляемыми к написанию реферата, и содержать: титульный лист, план, содержание разделов с указанием ссылок в тексте на авторов, список литературы (не менее 5 источников). В реферате должны быть соблюдены структурные части:

Первой страницей реферата является *титульный лист*.

оглавление, введение, в котором излагается обоснование темы (1-2 страницы);

Основная часть: которая содержит несколько подразделов (параграфов), раскрывающих содержание темы реферата. В ней студент показывает умение самостоятельно работать с источниками литературы (17-20 страниц);

Выводы или заключение, обобщающие основные вопросы выбранной темы реферата (2-3 страницы)

Библиографический указатель (Литература: в алфавитном порядке).

В тексте обязательны ссылки на изучение работы. Каждая ссылка в тексте должна соответствовать конкретному источнику в списке литературы. Переложение мысли автора или дословное цитирование сопровождается указанием фамилии, инициалов автора, годом издания упомянутого источника.

Работа выполняется в печатном виде на листах формата А4, Word, Times New Roman, 14 шрифт, 1,5 интервал. Объем работы должен быть не менее 20-25 страниц, список литературы – не менее 20 источников. Студентам рекомендуется подготовить речь (продолжительностью не менее 4-7 минут), касающуюся вопросов, затронутых в работе с тем, чтобы защитить выполненную работу на должном уровне. Доклад должен сопровождаться презентацией.

Содержание реферата должно соответствовать теме, цели и задачам реферата; содержать элементы исследования, собственные оценочные суждения. Форма изложения – логична и последовательна.

Методические указания по написанию реферата

Тема реферата выбирается аспирантом самостоятельно из предлагаемого кафедрой перечня с учетом собственных интересов, и обязательно согласовывается с преподавателем. Реферат выполняется на основе теоретического анализа и обобщения данных научно-методической литературы.

После выбора темы необходимо подобрать источники литературы и ознакомиться с их содержанием. При подборе литературы следует пользоваться систематическим каталогом библиотеки, читального зала, методического кабинета, консультаций профессорско-преподавательского состава кафедры.

Литература по теме должна быть законспектирована и выписана на отдельные карточки. Это ускорит в дальнейшем составление списка литературы, плана контрольной работы. Существует несколько способов конспектирования: изложение мысли автора собственными словами, выборочное цитирование необходимых мест подлинника и совмещение обоих способов, что является наиболее целесообразным. После ознакомления с литературой разрабатывается структура (содержание) реферата.

Реферат строится на основе анализа 20 – 25 источников литературы (статей, методических пособий и пр.). Весь материал темы излагается в соответствии с планом, в котором раскрываются вопросы темы. Каждый ответ на вопрос плана должен иметь заголовок в тексте работы.

В тексте обязательны ссылки на изученные работы. Каждая ссылка в тексте должна соответствовать конкретному источнику в списке литературы. Переложение мысли автора или дословное цитирование сопровождается указанием фамилии, инициалов автора, года издания упомянутого источника.

Если в тексте реферата есть рисунки, графики, таблицы, заимствованные из литературных источников, то в подписях к ним даются ссылки на авторов

Титульный лист реферата должен быть оформлен в соответствии с правилами.

В конце реферата помещается список использованной литературы, он нумеруется, а авторы перечисляются в алфавитном порядке. Запись источника осуществляется в соответствии с требованиями библиографического описания в следующей последовательности: фамилия автора (или группы авторов), его инициалы, название публикации (статья, книги, методического пособия и т.д.), место издательства и год издания. Ссылки на журнальные статьи даются с полным их названием.

Реферат защищается аспирантом в личном собеседовании с преподавателем, проверяющим работу. Если она удовлетворяет всем требованиям, то аспирант получает оценку в баллах, предусмотренную технологической картой. При неудовлетворительной оценке реферат возвращается для устранения недостатков. Исправленный реферат предоставляется на повторную проверку и собеседования.

Критерии оценки:

«5» баллов - тема раскрыта полностью, реферат хорошо структурирован, оформление соответствует требованиям, используется 5-10 источников информации, имеются ссылки на авторов.

«4» балла - тема раскрыта полностью, реферат хорошо структурирован, оформление соответствует требованиям, но мало источников информации или отсутствуют ссылки на авторов;

«3» балла - в целом вопрос раскрывается, но отсутствует четкая структура реферата, оформление небрежное, мало источников информации или отсутствуют ссылки на авторов;

«2» балла - тема раскрыта частично, нет четкой структуры реферата, оформление небрежное, используется 3-5 источников информации, ссылок в тексте работы нет

5.2 Перечень примерных вопросов для промежуточной аттестации

Вопросы к зачету

1. Основные понятия оздоровительной физической культуры: средства и виды.
2. Основные понятия оздоровительной физической культуры: функции и формы.
3. Специфические и общекультурные функции оздоровительной физической культуры
4. Педагогические задачи, методы и методики оздоровительной физической культуры
5. Оздоровительные технологии для профилактики нарушений в состоянии здоровья
6. Оздоровительные технологии на базе плавания с использованием музыкального воздействия, цветотерапии.
7. Анималотерапия в оздоровительных технологиях: иппотерапия, канистерапия, фелинотерапия, дельфинотерапия.
8. Оздоровительные технологии с использованием психорегулирующих технологий: психическая саморегуляция, аутогенная тренировка, релаксационная гимнастика.
9. Методика оздоровительных, физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения
10. Методы и организация комплексного физиологического и психолого-педагогического контроля состояния организма на занятиях оздоровительной физической культурой.
11. Средства, виды, формы и направления оздоровительных технологий.
12. Оздоровительные технологии на предприятиях.
13. Оздоровительные технологии в образовательных учреждениях
14. Оздоровительные технологии по месту жительства
15. Учет возрастно-половых особенностей при разработке оздоровительной физической тренировки

5.3 Примерные вопросы к экзамену

1. Основные формы и направления оздоровительных технологий.
2. Оздоровительные технологии на предприятиях, в ОУ, по месту жительства.
3. Виды физкультурно-оздоровительных тренировок и их использование в укреплении здоровья;
4. Учет возрастно-половых особенностей при разработке оздоровительной физической тренировки.
5. Виды, средства и особенности организации оздоровительного туризма.
6. Виды фитнес-технологий и влияние их на здоровье человека.
7. Самомассаж: виды и техники.
8. Оздоровительные технологии для профилактики нарушений зрения.
9. Оздоровительные технологии на базе плавания: виды и особенности применения.
10. Оздоровительные технологии с использованием музыкального воздействия: музыкально-ритмические и медитативные упражнения.
11. Цветотерапия в оздоровительных технологиях.

12. Анималотерапия в оздоровительных технологиях: иппотерапия. канистерапия, фелинотерапия, дельфинотерапия.
13. Оздоровительные технологии с использованием психорегулирующих упражнений: психическая саморегуляция, аутогенная тренировка, релаксационная гимнастика.
14. Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
15. Структура обучения двигательным действиям и развития физических качеств в АФК.
16. Педагогические задачи АФК.
17. Основные понятия, компоненты, виды, средства и термины АФК.
18. Развитие физических качеств в АФК.
19. Материально-техническое обеспечение АФК.
20. Двигательные расстройства характерные для инвалидов всех нозологических групп.
21. Суть тренировочных занятий и соревнований как основной формы организации АФК.
22. Значение самоконтроля у занимающихся АФК.
23. Спортивно-медицинская классификация инвалидов с различными поражениями.
24. Методы и формы работы, с родителями имеющие детей инвалидов.
25. Методика активизации познавательной деятельности глухих детей с помощью АФК.
26. Коррекционно-развивающие подвижные игры для детей с умственной отсталостью.
27. Двигательная реабилитация детей с ДЦП с помощью АФК.
28. Особенности занятий на тренажерах с детьми и подростками с отклонениями в развитии.
29. Коррекционная направленность АФК для детей с нарушением зрения.
30. Особенности АФК маломобильных граждан.
31. Особенности АФК людей с нарушением слуха.
32. Особенности АФК людей с ментальными расстройствами.

Критерии оценивания обучающегося на зачете, экзамене

зачтено/ незачтено	Оценка	Критерии
зачтено	«отлично»	Знание по дисциплине демонстрируется на фоне понимания в системе данной науки и междисциплинарных связей. Полный, развернутый ответ на поставленный вопрос изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Показана совокупность осознанных знаний по дисциплине и возможность их применения в решении практических задач, доказательно раскрыты основные положения вопросов. В ответе прослеживается четкая структура и логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные обучающимся самостоятельно в процессе ответа.
	«хорошо»	Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Обучающимся дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показаны глубокие знания теоретических вопросов. Умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи, проиллюстрировать изложение практическими приемами или расчетами. В ответах на вопросы преподавателя могут быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки, указывающие на наличие несистематичности и пробелов в

		знаниях.
	«удовлетворительно»	Знание основных положений теории при наличии существенных пробелов в деталях, испытывающим затруднения при практическом применении теории, допустившим существенные ошибки при ответе на вопросы. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Изложение полученных знаний неполное, однако, это не препятствует усвоению последующего программного материала. Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Допускаются отдельные существенные ошибки, исправляемые с помощью преподавателя.
незачтено	«неудовлетворительно»	Изложение учебного материала неполное, бессистемное, что препятствует усвоению последующей учебной информации; существенные ошибки. Обучающийся показал существенные пробелы в знаниях основных положений теории, не умеет применять теоретические знания на практике, не ответил на ряд вопросов преподавателя. Отсутствует представление о возможности применения знаний в решении практических задач. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Обучающимся допускаются грубые ошибки, не исправляемые даже с помощью преподавателя.

Итоговый зачет, экзамен по дисциплине «Оздоровительная и адаптивная физическая культура» формируется на основе посещения лекций и практических занятий; активного участия в практических занятиях; качественной самостоятельной работы и написания реферата.

В конце семестра преподаватель подводит итог по знаниям теоретического материала аспирантов, практических, профессионально-педагогических знаний и умений. Знание теоретического материала является одним из важнейших критериев выполнения зачетных требований по курсу.

Для успешной сдачи зачета рекомендуется соблюдать несколько правил.

1. Подготовка к зачету должна проводиться систематически, в течение всего семестра.

2. Интенсивная подготовка должна начаться не позднее, чем за 2-3 недели до зачета: распределите вопросы к зачету таким образом, чтобы успеть выучить или повторить их полностью до начала зачетной недели.

Зачет по дисциплине имеет стандартную процедуру. Аспирант берет билет, готовится, фиксирует свой ответ письменно (план ответа), затем отвечает.

Преподаватель проверяет (слушает, просматривает план ответа), и в случае неполного или неточного ответа задает вопросы, по результатам беседы выставляется соответствующая отметка.

При аттестации приветствуются высказывания, отражающие самостоятельную научно обоснованную позицию студента в отношении изученного вопроса, а также соотнесение (сопоставление) воспроизведение имеющихся знаний по смежным дисциплинам при ответе на вопрос, способность привести примеры и т.д.

Зачетные требования

1. Знать теоретический материал в объеме программы курса.
2. Выполнить требования различных видов заданий.
3. Подготовить и представить реферат по предложенной тематике.

4. Сдать зачет по теоретическому курсу.

Для успешной сдачи экзамена рекомендуется соблюдать несколько правил.

1. Подготовка к экзамену должна проводиться систематически, в течение всего семестра.

2. Интенсивная подготовка должна начаться не позднее, чем за 2-3 недели до экзамена: распределите вопросы к экзамену таким образом, чтобы успеть выучить или повторить их полностью до начала экзаменов.

Экзамен по дисциплине имеет стандартную процедуру. Аспирант берет билет, готовится, фиксирует свой ответ письменно (план ответа), затем отвечает.

Преподаватель проверяет (слушает, просматривает план ответа), и в случае неполного или неточного ответа задает вопросы, по результатам беседы выставляется соответствующая отметка.

При аттестации приветствуются высказывания, отражающие самостоятельную научно обоснованную позицию студента в отношении изученного вопроса, а также соотнесение (сопоставление) воспроизведение имеющихся знаний по смежным дисциплинам при ответе на вопрос, способность привести примеры и т.д.

Экзаменационные требования

1. Знать теоретический материал в объеме программы курса.

2. Выполнить требования различных видов заданий.

3. Подготовить и представить реферат по предложенной тематике.

4. Сдать экзамен по теоретическому курсу.

Критерии оценки:

-5 «баллов» выставляется студенту, который полно излагает изученный материал, дает правильное определение основных понятий; может обосновать свои суждения; излагает материал последовательно и правильно.

-4 «балла» выставляется студенту, который недостаточно полно излагает изученный материал, дает неточное определение основных понятий; может обосновать свои суждения; допускает 1-2 недочета.

-3 «балла» выставляется студенту, который неполно излагает изученный материал, дает неправильное определение основных понятий; не может обосновать свои суждения; излагает материал скудно.

-2 «балла» выставляется студенту, который не может обосновать свои суждения; не знает материал.

Данные варианты оценочных средств подбираются с учетом индивидуальных особенностей аспирантов, имеющих ограниченные возможности здоровья по следующим нозологическим признакам:

варианты оценочных средств для лиц с нарушением слуха:

– видеоматериалы и презентации лекционных, практических и лабораторных занятий.

Конспект: написание письменной работы, тестирование, реферат с презентацией.

Варианты оценочных средств для лиц с нарушением зрения:

Для слабовидящих аспирантов – звуковое воспроизведение учебного материала, укрупненный текст презентаций лекционных, практических и лабораторных занятий; фиксация звукового материала учебного занятия с помощью технических средств (диктофон).

Варианты оценочных средств для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата:

Для аспирантов с нарушениями опорно-двигательного аппарата используются звуковое воспроизведение учебного материала, укрупненный текст презентаций лекционных, практических и лабораторных занятий; фиксация звукового материала учебного занятия с помощью технических средств (диктофон) (индивидуальный подход).

Варианты оценочных средств не отличаются от таковых, указанных для условно здоровых аспирантов.

Однако, в целях доступности получения образования по образовательным программам лицами с ограниченными возможностями здоровья предусматриваются такие формы сдачи зачета, экзамена:

- Слабослышащими аспирантами – в письменной форме;
- Слабовидящими аспирантами – в устной форме;
- аспирантами с нарушениями опорно-двигательного аппарата – в помещении, оснащённом доступной средой.

В целях доступности получения образования по образовательным программам лицами с ограниченными возможностями здоровья предусматривается обеспечение:

- 1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению версией сайта Института для слабовидящих <http://www.vgifk.ru/node>
- 2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, есть возможность беспрепятственного доступа в помещения.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

Основная литература

1. Бегидов, М. В. Социальная защита инвалидов: учебное пособие для вузов / М. В. Бегидов, Т. П. Бегидова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 98 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05572-6.
2. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры: учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07190-0.
3. Бегидова, Т.П. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья: учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 210 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14815-2.
4. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры / С.П. Евсеев. — М.: Спорт, 2016. — 616 с.
5. Система контроля уровня физического развития и физической подготовленности для комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья: учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова [и др.]; под общей редакцией Т. П. Бегидовой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 87 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14809-1.
6. Физическая реабилитация. В 2 т. / под ред. С.Н. Попова. — М.: Издательский центр «Академия», 2013. — 288 с.
7. Фурманов, А.А. Оздоровительная физическая культура: учебник для студентов вузов / А.А. Фурманов. — М.: Тесей, 2004. — 540 с.

Дополнительная литература:

1. Дубровский, В.И. Лечебная физическая культура [Текст]: Учебник для вузов (кинезотерапия): Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. - 2-е изд., стер. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. - 608 с.

2. Столяренко, Л.Д. Психология и педагогика: учеб. пособ. для студ. вузов (4-е изд. перераб. и доп.) / Л.Д. Столяренко, В.Е. Столяренко. - М. ЮНИТИ, 2012. - 671 с.
3. Физкультурно-оздоровительные технологии [Текст]: науч. изд. / под общ. ред. А.А. Горелова, А.В. Лотоненко. - М.: Еврошкола, 2011. - 305 с.
4. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. -2-е изд., испр.- М.: Советский спорт, 2004.- 464 с.
5. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. уч. пособие для студ. высш. учеб. завед. -3-е изд. исп. и доп. / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов В.С. - М.: изд. центр Академия, 2009. – 486 с.
6. Журналы: Теория и практика физической культуры, «Адаптивная физическая культура» «Вестник спортивной науки»

7 ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»

1. Электронная библиотечная система ВГАС
<https://www.vgfk.ru/content/elektronnye-resursy>
2. Электронно-библиотечная система Elibrary <https://elibrary.ru>
3. Электронно-библиотечная система издательства "Лань" <https://Lanbook.com>
4. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru>
5. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <https://biblio-online.ru>
6. Электронно-библиотечная система РУКОНТ <https://rucont.ru/>
7. Министерство образования и науки Российской Федерации
<https://minobrnauki.gov.ru/>
8. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки
<http://obrnadzor.gov.ru/ru/>
9. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
10. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»
<http://window.edu.ru>
11. Федеральный центр и информационно-образовательных ресурсов
<http://fcior.edu.ru>
12. Медицинская библиотека BooksMed <http://www.booksmed.com>
13. Медицинская информационная сеть <http://www.medicinform.net>
14. Министерство спорта Российской Федерации <https://minsport.gov.ru/>
15. База данных научного цитирования Web of Science <http://wokinfo.com/>
16. Единая мультидисциплинарная реферативная база данных Scopus
<https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>

8. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ (ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ).

При осуществлении образовательного процесса студентами и профессорско-преподавательским составом используются следующее программное обеспечение: Microsoft Office (Access, Excel, PowerPoint, Word и т. д), Open Office, Linux (бесплатное программное обеспечение широкого класса), Skype, Вебинар (Мирополис), программное обеспечение электронного ресурса сайта ВГИФК, система дистанционного образования на базе cms Moodle, использование мультимедийного сопровождения практических занятий, раздаточного материала, электронной почты.

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

При изучении дисциплины «Оздоровительная и адаптивная физическая культура» аспирантам предоставляются:

1. Мультимедийное сопровождение лекций.
2. Комплект презентаций в Power Point
3. Фильм «Наши чемпионы»
4. Фильмы Воронежского и Российского ТВ по адаптивному спорту
5. Видеофильмы о Специальном Олимпийском движении в России и Санкт-Петербурге, продолжительность - 3 часа 50 минут.
6. Видеофильм «XI Паралимпийские игры в Сиднее (Австралия, 2000)», продолжительность – 1 час 20 минут.
7. Видеофильм «Паралимпийские игры в Пекине (Китай, 2008)», продолжительность – 45 минут.
8. Видеофильм «Паралимпийские зимние игры в Сочи (Россия. 2014)», продолжительность – 1 час 15 минут.
9. Информационный фонд библиотек.
10. Интернет-ресурс.
11. Компьютерная внутривузовская сеть.
12. Оборудование аудитории для мультимедийного сопровождения занятий.
13. Аудио-видеоаппаратура.
14. Пульсометр – 2 шт.
15. Секундомер – 2 шт.
16. Измеритель давления – 2 шт.
17. Динамометр кистевой – 2 шт.
18. Динамометр ДС500 – 1 шт.
19. Спирометр ССП сухой портативный – 2 шт.
20. Анализатор жировой массы - 1 шт.
21. Сантиметр в футляре – 6 шт.

Методический кабинет № 410 (корпус 2) по адресу ул. Средне-Московская, д. 72 для проведения лекционных, практических и семинарских занятий:

- стол-парта – 14 шт.
- скамьи – 11 шт.
- доска ученическая – 1 шт.
- экран настенный – 1 шт.
- мультимедиапроектор – 1 шт.
- ноутбук – 1 шт.

413 аудитория

22. Стол-парта - 20 шт.
23. Скамьи – 18 шт.
24. Стол одностумбовый – 1 шт.
25. Экран настенный – 1 шт.
26. Экран на штативе – 1 шт.
27. Кафедра – 1 шт.
28. Сейф – 3 шт.
29. Мультимедиа проектор – 1 шт.

Для оптимизации и наиболее эффективного освоения учебного материала, а также в соответствии с Методическими рекомендациями по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных

организациях высшего образования (утв. Минобрнауки РФ 08.04.2014 №АК-44/05 ВН) материально-техническое обеспечение образовательного процесса по данному модулю позволяет осуществлять безбарьерное обучение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп посредством использования следующих методов и средств:

- для **слабослышащих аспирантов** – видеоматериалы и презентации лекционных, семинарско-практических и лабораторных занятий;

- для **слабовидящих аспирантов** – звуковое воспроизведение учебного материала, укрупненный текст презентаций лекционных, семинарско-практических и лабораторных занятий; фиксация звукового материала учебного занятия с помощью технических средств (диктофон);

- для **аспирантов с нарушениями опорно-двигательного аппарата** - используются все вышеуказанные средства.

Аудитории, в которых проводятся учебные занятия по данному модулю, оснащены видео и аудиотехникой, мультимедийной системой.

Использование в образовательном процессе социально-активных и рефлексивных методов обучения, обеспечение аспирантов электронными образовательными ресурсами дают возможность эффективного усвоения учебного материала.

Адаптация фонда оценочных средств данного модуля к специфическим особенностям аспирантов с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп позволяет адекватно оценить достижение ими запланированных в модуле результатов обучения и уровень сформированности профессиональных компетенций.

