

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»

(ВлГУ)



Проректор  
по учебно-методической работе

А.А.Панфилов

« 02 » 04 2015 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Теория и организация адаптивной физической культуры»**

Направление подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»

Профиль/программа подготовки Адаптивное физическое воспитание

Уровень высшего образования Бакалавриат

Форма обучения очная

Семестр	Трудоемкость зач. ед./ час.	Лекции, час.	Практич. занятия, час.	Лаборат. работы, час.	СРС, час.	Форма промежуточного контроля (экз./зачет)
5	4 (144)	18	36	-	90	Зачет с оценкой
Итого	4 (144)	18	36	-	90	Зачет с оценкой

Владимир 2015

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры (АФК)» являются: освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области адаптивной физической культуры, теоретическая подготовка их к педагогической деятельности и реализация их в своей профессиональной деятельности с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и инвалидами по зрению, слуху, с нарушениями интеллекта, речевых функций, поражением опорно-двигательного аппарата.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

«Теория и организация адаптивной физической культуры (АФК)» относится к вариативной части обязательных дисциплин Блока 1. Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные обучающимися на дисциплинах: «Анатомия человека», «Биохимия человека», «Физиология человека», «Теория и методика физической культуры». Дисциплина способствует освоению дисциплин: «Технологии физкультурно-спортивной деятельности», «Адаптивное физическое воспитание студентов», «Психология болезни и инвалидности», «Вербальные и невербальные способы общения», а также для практической подготовки по специальности.

## 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- осознанием социальной значимости своей будущей профессии, обладанием высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности (ОК-13);
- знанием истории, закономерностей, функций, принципов, средств и методов отечественной и зарубежной систем адаптивной физической культуры, их роли и места в общей системе физической культуры (ОПК-2);
- знанием отечественного и зарубежного опыта адаптивной физической культуры (ОПК-3);
- знанием и способностью практически использовать документы государственных и общественных органов управления в сфере адаптивной физической культуры (ОПК-13).

В результате освоения данной дисциплины студент должен:

### **Знать:**

- сущность, структуру, функции, принципы, методологические основы адаптивной физической культуры (ОПК 2)
- цели и задачи адаптивной физической культуры и её основных видов, роль и место в системе комплексной реабилитации и социальной интеграции инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ОПК 2)
- особенности содержания занятий и методики подбора физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов различных нозологических групп; показания и противопоказания к занятиям основными видами адаптивной физической культуры (ОПК 2);
- особенности планирования и контроля в адаптивной физической культуре (ОПК 13);
- историю становления и развития адаптивной физической культуры в нашей стране и за рубежом; обусловленность развития адаптивной физической культуры экономическим и социально-политическим строем общества (ОПК 3);
- особенности организации адаптивной физической культуры в нашей стране и мировом сообществе (ОПК 3);
- возможности собственного трудоустройства, профессиональной карьеры, повышения квалификации и научного роста (ОК 13).

**Уметь:**

- формулировать задачи (коррекционные, компенсаторные, профилактические, оздоровительные, образовательные, воспитательные и др.), подбирать соответствующие средства и методы их решения, регулировать психофизическую нагрузку в процессе занятий (ОПК 2);
- приобщить людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов различных нозологических групп к занятиям адаптивной физической культурой, формировать аксиологическую концепцию жизни у данной категории населения с установкой на здоровый образ жизни, максимальную самореализацию в качестве социально и индивидуально значимого субъекта (ОК 13);
- формулировать задачи, подбирать соответствующие средства и методы интеллектуального, эмоционально-волевого, нравственного, эстетического, экологического и других видов воспитания личности лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, их социализации в процессе занятий адаптивной физической культурой (ОПК 2);
- организовывать и проводить научно-исследовательскую работу; обосновывать проблему, подбирать соответствующие методы исследования, собирать и анализировать научные факты, формулировать выводы (ОПК 13).

**Владеть:**

- культурным мышлением, способностью к общению, анализу, восприятия информации, постановки цели и выбора путей ее достижения (ОПК 2)
- историей, закономерностями, функциями, принципами, средствами и методами отечественной и зарубежной систем адаптивной физической культуры, их роль и место в общей системе физической культуры (ОПК 3);
- планированием содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей (ОПК 2).

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы, 144 часа.

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)						Объем учебной работы, с применением интерактивных методов (в часах / %)	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра), форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Контрольные работы	СРС	КП / КР		
1	Понятие об адаптивной физической культуре.	5	1	1	2			10		-	
2	История адаптивной физической культуры	5	2-3	2	4			10		1/16	
3	Методологические аспекты адаптивной физической культуры.	5	4-5	2	4			12		2/33	
4	Задачи, средства, методы и формы организации адаптивной физической культуры	5	6-8	3	6			12		3/33	Рейтинг-контроль 1
5	Адаптивное физическое воспитание	5	9-11	3	6			12		2/22	
6	Адаптивная двигательная рекреация	5	12-13	2	4			12		2/33	Рейтинг-контроль 2
7	Адаптивный спорт	5	14-15	2	4			12		2/33	
8	Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные и экстремальные виды двигательной активности	5	16-18	3	6			10		3/33	Рейтинг-контроль 3
Всего				18	36			90		15/27	Зачет оценкой с

#### 5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

При реализации различных видов учебной работы в целях формирования и развития профессиональных навыков обучающихся, предусматривается использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий (компьютерных программ, ролевых игр, разбор педагогических, игровых ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой, тренинги).

**6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ,  
ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ  
ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ  
САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

**Рейтинг-контроль № 1**

**Тематика рефератов**

1. Адаптивная физическая культура - новая интегральная наука, учебная дисциплина, важнейшая область социальной практики.
2. Адаптивное физическое воспитание как вид адаптивной физической культуры.
3. Адаптивный спорт как вид адаптивной физической культуры.
4. Адаптивная двигательная рекреация как вид адаптивной физической культуры.
5. Художественно-музыкальные и экстремальные виды адаптивной физической культуры. Возможности и перспективы.
6. История адаптивной физической культуры (в России, странах СНГ и дальнего зарубежья)
7. Организация адаптивной физической культуры (в России, странах СНГ и дальнего зарубежья).
8. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социализации инвалидов.
9. Воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры.
10. Основные положения методологии адаптивной физической культуры.
11. Адаптивное физическое воспитание в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях.
12. Адаптивное физическое воспитание в специальных медицинских группах в дошкольных образовательных учреждениях.

**Рейтинг-контроль № 2**

**Тематика рефератов**

1. Адаптивное физическое воспитание в специальных медицинских группах в общеобразовательных школах.
2. Адаптивное физическое воспитание в специальностях медицинских группах в вузах.
3. Адаптивная двигательная рекреация в семье.
4. Адаптивная двигательная рекреация в государственных образовательных учреждениях.
5. Адаптивная двигательная рекреация в организациях и учреждениях системы здравоохранения.
6. Самодеятельные формы занятий адаптивной двигательной рекреацией.
7. История Паралимпийских игр.
8. Российские спортсмены-инвалиды в Паралимпийском движении.
9. Философия Специального Олимпийского движения.
10. История Специального Олимпийского движения.
11. Программа Специального Олимпийского комитета Санкт-Петербурга.
12. Специальная Олимпиада и Специальное искусство - два магистральных направления социальной интеграции лиц с отклонениями в интеллектуальном развитии.

**Рейтинг-контроль № 3**

**Тематика рефератов**

1. Спортивное движение глухих.
2. История Всемирных (Олимпийских) игр глухих (Тихих игр).

3. Достижения российских спортсменов в крупнейших международных соревнованиях глухих.
4. Художественно-музыкальные виды адаптивной физической культуры. Цели, задачи, функции, принципы.
5. Социально-психологические аспекты художественно-музыкальных видов адаптивной физической культуры как направление креативной практики инвалидов.
6. Экстремальные виды адаптивной физической культуры. Цели, задачи, функции, принципы.
7. Роль экстремальных видов адаптивной физической культуры в решении проблем наркомании.
8. Адаптивная физическая культура и качество жизни инвалидов.
9. Адаптивная физическая культура и социальный статус инвалидов.
10. Адаптивная физическая культура и здоровый образ жизни инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
11. Адаптивная физическая культура и самовоспитание личности инвалида.

#### **Перечень вопросов к зачету с оценкой по дисциплине «Теория и организация адаптивной физической культуры»**

1. Адаптивная физическая культура в системе высшего и среднего профессионального образования.
2. Перечислите основные отличия адаптивной физической культуры от физической культуры.
3. Перечислите основные отличия адаптивной физической культуры от медицины.
4. Перечислите основные отличия адаптивной физической культуры от валеологии.
5. Охарактеризуйте понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура».
6. Охарактеризуйте понятия «реабилитация», «социализация», «образ жизни», «социальная интеграция».
7. Аксиологические концепции отношения к лицам с устойчивыми отклонениями в состоянии здоровья – «инвалидизма».
8. Аксиологические концепции отношения к лицам с устойчивыми отклонениями в состоянии здоровья – «социальной полезности инвалидов», «личностно-ориентированная».
9. Цель и основные задачи адаптивной физической культуры.
10. Коррекционные задачи – основные задачи адаптивной физической культуры. Возможности коррекции сенсорных систем, интеллекта, функций опорно-двигательного аппарата, внутренних органов, речи с помощью физических упражнений.
11. Задачи компенсации функций пораженного органа или деятельности какой-либо системы. Их решение в адаптивной физической культуре.
12. Профилактика сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений средствами и методами адаптивной физической культуры.
13. Особенности образовательных, воспитательных и оздоровительных задач в адаптивной физической культуре.
14. Дайте характеристику виду адаптивной физической культуры - адаптивное физическое воспитание.
15. Дайте характеристику виду адаптивной физической культуры - адаптивный спорт.
16. Дайте характеристику виду адаптивной физической культуры - адаптивная двигательная рекреация.
17. Дайте характеристику виду адаптивной физической культуры - адаптивная физическая реабилитация.

18. Отличительные особенности художественно-музыкальных видов адаптивной физической культуры.
19. Экстремальные виды адаптивной физической культуры. Потребности человека, которые они удовлетворяют.
20. Классификация лиц с ОВЗ по тяжести дефекта и нозологическим группам.
21. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
22. Индивидуальная образовательная «траектория» студента факультета адаптивной физической культуры.
23. Требования к личностным качествам и к квалификации педагога – специалиста по адаптивной физической культуре.
24. Становление и развитие адаптивной физической культуры за рубежом. Основные этапы.
25. Становление и развитие адаптивной физической культуры в нашей стране. Основные этапы.
26. Спортсмены России в мировом спортивном движении лиц с ОВЗ.
27. Организационно-управленческая структура адаптивной физической культуры в России и за рубежом. Государственные и общественные организации.
28. Организация адаптивного физического воспитания в России.
29. Организация адаптивного спорта в России.
30. Организация адаптивной двигательной рекреации в России. Международный опыт.
31. Организация физической реабилитации в России.
32. Адаптивная физическая культура – составная часть комплексной реабилитации.
33. Основные теории социализации (ролевая, критическая, теория коммуникации и др.).
34. Адаптивная физическая культура в социальной интеграции и повышении уровня качества жизни лиц с ОВЗ.
35. Всестороннее воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры.
36. Умственное (интеллектуальное) воспитание на занятиях по адаптивной физической культуре.
37. Нравственное воспитание на занятиях по адаптивной физической культуре.
38. Эстетическое воспитание на занятиях по адаптивной физической культуре.
39. Экологическое воспитание и адаптивная физическая культура.
40. Общебиологические закономерности жизнедеятельности человека – как методологический фундамент адаптивной физической культуры: движение (упражнение) – основа жизни человека
41. Гуманистическая психология и социально-психологические закономерности жизнедеятельности человека как методологическая основа адаптивной физической культуры.

#### **Темы докладов для контроля самостоятельной работы студентов**

1. Педагогические функции адаптивной физической культуры.
2. Социальные функции адаптивной физической культуры.
3. Общеметодические принципы адаптивной физической культуры.
4. Специальнометодические принципы адаптивной физической культуры.
5. Социальные принципы адаптивной физической культуры.
6. Задачи адаптивной физической культуры.
7. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре.
8. Развитие физических качеств и способностей, занимающихся в адаптивной физической культуре.
9. Средства адаптивной физической культуры. Характеристика основных групп.

10. Методы, адаптивной физической культуры, используемые в комплексной реабилитации.
11. Методы социализации и оптимизации коммуникативной деятельности в адаптивной физической культуре.
12. Методы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.
13. Методы развития физических качеств и способностей. Особенности применения в адаптивной физической культуре.
14. Сходство и различия процессов обучения в различных видах адаптивной физической культуры.
15. Основное требование к процессу обучения в адаптивной физической культуре.
16. Основные теоретические концепции «безошибочного» обучения.
17. Структура процесса формирования двигательных действий с заданным результатом.
18. Классификация приемов физической помощи и страховки занимающихся.
19. Особенности формирования ориентировочной основы двигательного действия и сенсорно-перцептивного обучения у инвалидов различных нозологических групп.
20. Классификация тренажеров, применяемых для обучения физическим упражнениям в адаптивной физической культуре.
21. Основные закономерности развития физических качеств и способностей.
22. Педагогические принципы развития физических способностей.
23. Две стратегических линии развития физических способностей - «укрепление слабого звена» и «навстречу природе». Их использование в различных видах адаптивной физической культуры.
24. Физическая нагрузка и отдых - структурные основы развития и совершенствования индивидуальных физических способностей инвалида.
25. Развитие и совершенствование силовых способностей у инвалидов различных нозологических групп.
26. Развитие и совершенствование скоростных способностей у инвалидов различных нозологических групп.
27. Развитие и совершенствование координационных способностей у инвалидов различных нозологических групп.
28. Развитие и совершенствование выносливости у инвалидов различных нозологических групп.
29. Развитие и совершенствование гибкости у инвалидов различных нозологических групп.
30. Индивидуальная программа реабилитации инвалидов - основная предпосылка планирования в адаптивной физической культуре.
31. Виды планирования в адаптивной физической культуре (перспективное, этапное, текущее).
32. Особенности текущего, этапного и циклового контроля в адаптивной физической культуре.
33. Жизненно и профессионально важные умения и навыки - основные целевые объекты моторного обучения и средства адаптивного физического воспитания.
34. Тандотерапия как средство и метод адаптивного физического воспитания.
35. Формирование и совершенствование мелкой моторики - важный компонент содержания адаптивного физического воспитания.

## **7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Основная литература**

1. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и массаж [Электронный ресурс]: учебник / Епифанов В.А. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970426456.html>



2. Епифанов В.А. Восстановительная медицина [Электронный ресурс]: учебник / Епифанов В.А. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970426371.html>
3. Киреев Ю.В. Элементы контроля за состоянием занимающихся адаптивной физической культурой: Методические рекомендации для студентов [Электронный ресурс] / Киреев Ю.В. - М.: Прометей, 2011. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785426300668.html>

#### **Дополнительная литература**

1. «Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы» [Электронный ресурс]: учеб. пособие / С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, А.И. Малышев, Г.В. Герасимова, А.А. Потапчук, Д.С. Поляков; под ред. д-ра пед. наук, проф. С.П. Евсеева и д-ра мед. наук, проф. С.Ф. Курдыбайло. - М.: Советский спорт, 2010. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971803690.html>
2. «Адаптивный спорт» [Электронный ресурс] / Ю.А. Брискин, С.П. Евсеев, А.В. Передерий. - М.: Советский спорт, 2010. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971804604.html>
3. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура [Электронный ресурс]: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности «Физ. культура» / Л.Л. Артамонова, О.П. Панфилов, В.В. Борисова; общ. ред. О.П. Панфилова. - М.: ВЛАДОС, 2010. - (Учебное пособие для вузов) <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785305002423.html>

#### **Интернет-ресурсы**

[http://www.studmed.ru/evseev-sp-teoriya-i-organizaciya-adaptivnoy-fizicheskoy-kultury-uchebnik-v-2-t-tom-1\\_968b96256c1.html](http://www.studmed.ru/evseev-sp-teoriya-i-organizaciya-adaptivnoy-fizicheskoy-kultury-uchebnik-v-2-t-tom-1_968b96256c1.html)  
<http://www.studfiles.ru/preview/1770996/>  
<http://www.twirpx.com/file/329269/>

### **8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Кабинет биохимии и гигиены 22 посадочных места

Нежилое здание. (Спортивный корпус № 3), 600021, Владимирская область, МО город Владимир (городской округ), г. Владимир, ул. Университетская, д. 1.  
Аудит. 103

Экран, доска, мел, плакаты, таблицы, велоэргометр Kettler Giro R7629-000, велотренажер, переносной мультимедийный проектор, ноутбук с выходом в «Интернет», ростомер, весы, толстотные циркули, сантиметровые ленты, динамометр ручной, динамометр становой, измеритель артериального давления, люксметр, метроном механический, метроном электронный, электрокардиограф ECG-1200, пневмотахометр, сантиметровая лента, секундомеры механические, спирометр сухой, стопометр, штангенциркуль, электросекундомер, микроскоп БИОЛАМ-Ломо, пульсоксиметр портативный «Кардекс» ПО-02, весы Sega780, спирометр портативный, аппарат для исследования функции внешнего дыхания «Master Screen», четырехканальный АПК для исследования системы регуляции сердечного ритма, ростомер электронный, материал для самоподготовки: практикумы, раздаточный материал, учебники, атласы.



Кабинет мульти-медиа на 60 посадочных мест

Нежилое здание. (Спортивный корпус № 3), 600021, Владимирская область, МО город Владимир (городской округ), г. Владимир, ул. Университетская, д. 1.  
Аудит. 109


Компьютер с выходом в «Интернет».


Экран, доска, мел, мультимедийный проектор

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», профиль «Адаптивное физическое воспитание»

Рабочую программу составили: к.б.н., доцент кафедры ТМБОФК  
 Гурова Е.В., преподаватель  Николаева М.А.

Рецензент (ы) к.б.н., доцент кафедры ТМФКСД  Гаврилов В.В.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК  
протокол № 991 от 1.09 2015 года.  
Заведующий кафедрой  Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии  
направлений 49.03.01; 49.03.02  
протокол № 571 от 2.09 2015 года.  
Председатель комиссии  Батоцыренова Т.Е.

**ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ  
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

Рабочая программа одобрена на 2015 / 16 учебный год

Протокол заседания кафедры № 1 от 31.08.15 года

Заведующий кафедрой 

Рабочая программа одобрена на 2016 / 17 учебный год

Протокол заседания кафедры № 1 от 29.08.15 года

Заведующий кафедрой 

Рабочая программа одобрена на \_\_\_\_\_ учебный год

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_