

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)



УТВЕРЖДАЮ
Проректор
по учебно-методической работе
А.А. Панфилов
« 04 » 04 2015 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
АДАПТАЦИЯ К ФИЗИЧЕСКИМ НАГРУЗКАМ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В
СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ

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

Профиль подготовки Адаптивное физическое воспитание

Уровень высшего образования Бакалавриат

Форма обучения заочная (ускоренное на базе СПО)

Семестр	Трудоем- кость зач. ед./час.	Лек- ции, час.	Практич. занятия, час.	Лаборат. работы, час.	СРС, час.	Форма промежуточ ного контроля (экз./зачет)
4	3/108 час.	2	4	-	75	Экзамен, 27
Итого	3/108 час.	2	4	-	75	Экзамен, 27

Владимир 2015

1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины являются познакомить студентов с организацией, структурой, содержанием, современными технологиями и практикой физкультурно-оздоровительной работы с лицами с ограниченными возможностями, сформировать необходимые знания, умения, навыки, психологическую готовность к работе с данной категорией населения. Ознакомить студентов с современными технологиями физкультурно-спортивной деятельности инвалидов, материально-техническим оснащением занятий адаптивной физической культурой.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина «Адаптация к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья» относится к вариативной части Блока 1. Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные обучающимися на дисциплинах: «Анатомия человека», «Биохимия человека», «Физиология человека». Дисциплина способствует освоению дисциплин: «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре», «Частные методики в адаптивной физической культуре» и др.

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате освоения дисциплины студент должен демонстрировать следующие результаты образования:

Знать:

- знать этиологию и патогенез основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ОПК-11);

Уметь:

- составлять программу и индивидуальную карту физкультурно-спортивного, оздоровительного мероприятия и проводить занятия, с данной категорией лиц (ОПК-11);
- используя знания физиологических закономерностей, оценивать соответствие физических нагрузок функциональному состоянию организма человека;

Владеть:

- навыками дифференцированного и индивидуально ориентированного подхода в выборе средств, методов, организационных форм адаптивной физической культуры (ОПК-11);
- методами, приемами проведения комплексов физических упражнений у лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или утраченных функций.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зач.ед., 108 часов.

№ 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	Адаптационные и медико-физиологические, психологические предпосылки построения АФК	4		1					4		
2	Классификационный признак адаптации у лиц с ограниченными возможностями здоровья	4							4		
3	Цели, задачи, принципы и формы организации и использования адаптации у лиц с ограниченными возможностями здоровья	4							4		
4	Организация и проведение оздоровительной тренировки лиц с ограниченными возможностями здоровья	4							4		
5	Проведение адаптированной оздоровительной тренировки инвалидов и проведение пульсометрии и хронометрирования занятия	4			1				4	1/100	
6	Спортивные занятия с оздоровительной направленностью в школе для детей-инвалидов.	4							4		
7	Проведения занятия с оздоровительной направленностью в школе для детей инвалидов	4							4		
8	Организация занятия с оздоровительной направленностью в геронтологическом центре	4							4		
9	Двигательная реабилитация и адаптивное воспитание с детским церебральным параличом	4		1					4		
10	Оценка эффективности занятий физической культурой при детском церебральном параличе	4							4		
11	Методика занятий физическими упражнениями	4							4		

	с детьми, имеющими нарушения зрения								
12	Методика адаптированных занятий физическими упражнениями с детьми, имеющими нарушения слуха	4		1			4		
13	Медико-физиологическая и психолого-педагогическая характеристика лиц с умственной отсталостью	4					4		
14	Особенности методики адаптированных занятий с лицами, имеющими отклонения в интеллектуальном развитии	4		1			5		
15	Особенности регулирования психофизической нагрузки. Показания и противопоказания к физическим нагрузкам	4					5		
16	Особенности общения и регуляция психоэмоционального состояния лиц с отклонениями в интеллектуальном развитии	4		1			5	1/100	
17	Методика АФК детей-инвалидов с врожденными аномалиями в развитии и после ампутации конечностей различного возраста	4					5		
18	Методика двигательной реабилитации лиц с поражением спинного мозга	4					3		
	Всего			2	4		75	2/33	Экзамен, 27

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Учебный процесс по дисциплине «Адаптация к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья» осуществляется с использованием мультимедийной техники, активных и интерактивных форм проведения занятий (ролевые игры, разбор конкретных ситуаций и др.) с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

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

Текущий контроль успеваемости студентов проводится путём опроса на занятиях по изучаемым темам, проводятся контрольные работы, тесты.

Предусмотрен тестовый контроль знаний по дисциплине, написание контрольных работ, подготовка сообщений.

Контрольная работа № 1

Вариант 1

1. Предмет, задачи, основные понятия адаптации к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
2. Методологические концепции адаптации.
3. Классификация инвалидов по тяжести дефекта и нозологическим группам.

Вариант 2

1. Типичные нарушения двигательной сферы детей разных нозологических групп.
2. Факторы влияющие на развитие двигательной сферы детей с нарушениями в развитии.
3. Особенности психической сферы детей с нарушениями в развитии.

Контрольная работа № 2

Вариант 1

1. Коррекционно-развивающее направление методики адаптивной физической культуры.
2. Общие и специфические задачи в процессе адаптивного физического воспитания детей.
3. Основные виды и формы занятий физическими упражнениями при работе с детьми-инвалидами.
4. Принцип дифференциации и индивидуализации в работе с детьми-инвалидами.

Вариант 2

1. Принцип адекватности, оптимальности и вариативности педагогических воздействий в работе с детьми-инвалидами.
2. Роль микросоциума для воспитания, развития и образования детей-инвалидов.
3. Анатомо-физиологические особенности детей-инвалидов.
4. Особенности психического развития детей с нарушением зрения.

Контрольная работа № 3

Вариант 1

1. Коррекционная направленность адаптивного физического воспитания детей с нарушением зрения
2. Характеристика средств физической культуры для детей с умственной отсталостью.
3. Специфика методики обучения двигательным действиям незрячих и слабовидящих детей.
4. Психофизические и двигательные нарушения характерные для глухих детей.

Вариант 2

1. Организация и проведение оздоровительной тренировки лиц с ограниченными возможностями здоровья.
2. Методы и методические приемы используемые для комплексного развития физических качеств.
3. Понятие умственной отсталости, функциональные особенности детей с умственной отсталостью.
4. Общие и специфические задачи решаемые в процессе адаптивного физического воспитания детей с умственной отсталостью.

ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ

1. Предмет, задачи, основные понятия дисциплины «Адаптация к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья».
2. Методологические концепции лежащие в основе дисциплины «Адаптация к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья».
3. Классификация инвалидов по тяжести дефекта и нозологическим группам.

4. Типичные нарушения двигательной сферы детей разных нозологических групп.
5. Факторы влияющие на развитие двигательной сферы детей с нарушениями в развитии.
6. Особенности психической сферы детей с нарушениями в развитии.
7. Коррекционно-развивающее направление как основной вид деятельности в методике адаптивной физической культуры.
8. Общие и специфические задачи в процессе адаптивного физического воспитания детей.
9. Основные знания, умения и навыки специалиста адаптивной физической культуры в работе с детьми-инвалидами.
10. Основные виды и формы занятий физическими упражнениями при работе с детьми-инвалидами.
11. Принцип дифференциации и индивидуализации в работе с детьми-инвалидами.
12. Особенности возрастного развития детей-инвалидов.
13. Принцип адекватности, оптимальности и вариативности педагогических воздействий в работе с детьми-инвалидами.
14. Роль микросоциума для воспитания, развития и образования детей-инвалидов.
15. Анатомо-физиологические особенности детей с нарушением зрения.
16. Особенности психического развития детей с нарушением зрения.
17. Коррекционная направленность адаптивного физического воспитания детей с нарушением зрения
18. Общие и коррекционные задачи адаптивного физического воспитания детей с нарушением зрения.
19. Методы и методические приемы обучения детей с нарушением зрения двигательным действиям.
20. Специфика методики обучения двигательным действиям незрячих и слабовидящих детей.
21. Психофизические и двигательные нарушения характерные для глухих детей.
22. Методы и методические приемы используемы для комплексного развития физических качеств.
23. Понятие умственной отсталости, функциональные особенности детей с умственной отсталостью.
24. Общие и специфические задачи решаемые в процессе адаптивного физического воспитания детей с умственной отсталостью.
25. Характеристику средств физической культуры для детей с умственной отсталостью.

Вопросы для самостоятельной работы студентов

1. Медико-физиологические и психологические предпосылки построения АФК.
2. Цели, задачи, принципы и формы организации АФК у лиц с ограниченными возможностями здоровья.
3. Организация и проведение оздоровительной тренировки лиц с ограниченными возможностями здоровья.
4. Проведение оздоровительной тренировки инвалидов и проведение пульсометрии и хронометрирования занятия.
5. Спортивные занятия с оздоровительной направленностью в школе для детей-инвалидов.
6. Проведения занятия с оздоровительной направленностью в школе для детей инвалидов.
7. Организация занятия с оздоровительной направленностью в геронтологическом центре.
8. Двигательная реабилитация и адаптивное воспитание с детским церебральным параличом.

9. Оценка эффективности занятий физической культурой при детском церебральном параличе.
10. Методика занятий физическими упражнениями с детьми, имеющими нарушения зрения.
11. Методика занятий физическими упражнениями с детьми, имеющими нарушения слуха.
12. Медико-физиологическая и психолого-педагогическая характеристика лиц с умственной отсталостью.
13. Особенности методики АФК с лицами, имеющими отклонения в интеллектуальном развитии.
14. Особенности общения и регуляция психоэмоционального состояния лиц с отклонениями в интеллектуальном развитии.
15. Методика АФК детей-инвалидов с врожденными аномалиями в развитии и после ампутации конечностей различного возраста.
16. Методика двигательной реабилитации лиц с поражением спинного мозга.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Солодков А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Электронный ресурс]: учебник / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. - Изд. 4-е, испр. и доп. - М.: Советский спорт, 2012. - 620 с.: ил. <http://www.studentlibrary.ru/doc/ISBN9785971805687-SCN0003.html>
2. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Электронный ресурс]: учебник / Солодков А.С., Сологуб Е.Б. - Изд. 5-е, испр. и доп. - М.: Спорт, 2015. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785990673403.html>
3. Патология [Электронный ресурс]: руководство / Под ред. В. С. Паукова, М. А. Пальцева, Э. Г. Улумбекова - 2-е изд., испр. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. - <http://www.studentlibrary.ru/book/06-COS-2369.html>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Адаптивный спорт [Электронный ресурс] / Ю.А. Брискин, С.П. Евсеев, А.В. Передерий - М.: Советский спорт, 2010. - (Спорт без границ) <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971804604.html>
2. 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>
3. Основы формирования здоровья детей [Электронный ресурс]: учебник/ А. С. Калмыкова и др.; под ред. А. С. Калмыковой. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970433904.html>

Периодические издания

1. Журнал Лечебная физическая культура и спортивная медицина. 2015 г. №1 (127)-№6 (132)
2. Журнал Адаптивная физическая культура.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

1. Адаптивная физическая культура [Электронный ресурс] // Википедия. – Режим доступа: <http://ru.wikipedia.org/wiki>.

2. Индивидуальная программа реабилитации: благие намерения и реальность [Электронный ресурс] // Права инвалидов и их защита: [web-сайт]. – Режим доступа: <http://pravo.perspektiva-inva.ru>.
3. Справочник по рассеянному склерозу для больных и их близких [Электронный ресурс] / Е. Майда // Интерэксперт: [web-сайт]. – Режим доступа: <http://eva-maida.narod.ru/content.html>.
4. Становление и развитие движения женщин-инвалидов в организациях Всероссийского общества инвалидов [Электронный ресурс] / Т.В. Золотцева // Региональная общественная организация инвалидов: [web-сайт]. – Режим доступа: <http://www.perspektiva-inva.ru>.

8 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. 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
2. 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
Экран, доска, мел, плакаты, таблицы стандартов физического развития, 2 велоэргометра, ступеньки для тестов, ширмы, переносной мультимедийный комплекс, Компьютер с выходом в «Интернет», психрометр, люксметры, гигрометр, барометр, сантиметровые ленты, калькуляторы, секундомеры, линейки, лабораторный комплекс для исследования питьевой воды, материал для самоподготовки: раздаточный материал с методическими сопровождением.
Доска, мел, стеллажи с литературой: книги, журналы, газеты спортивной направленности

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 составил к.б.н., доцент кафедры ТМБОФК

 Гурова Е.В.

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

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК протокол № 9/1 от 01.04 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 № 5/1 от 02.04 2015 года.

Председатель комиссии  Батоцыренова Т.Е.