

**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  
« 08 » \_\_\_\_\_ 2015 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**«Адаптивное физическое воспитание студентов»**

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)
8	3 (108)	14	28	-	39	Экзамен, 27
Итого	3 (108)	14	28	-	39	Экзамен, 27

Владимир 2015

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины «Адаптивное физическое воспитание студентов» являются формирование у студентов профессиональных знаний, методических и практических умений и навыков по адаптивному физическому воспитанию студентов в образовательных учреждениях, в специальных медицинских группах.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

«Адаптивное физическое воспитание студентов» 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», «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре», «Частные методики в адаптивной физической культуре». Дисциплина способствует освоению дисциплин: «Психология болезни и инвалидности», «Вербальные и невербальные способы общения», а так же для практической подготовки по специальности.

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

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующей компетенции:

- умением изучать с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий (ПК-4).

В результате освоения данной дисциплины студент должен:

### **Знать:**

- Особенности организации и построения занятий со студентами, отнесенными по состоянию здоровья к специальным медицинским группам (ПК-4);
- Показания и противопоказания для использования физических упражнений в работе со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья (ПК-4);
- Организацию и содержание медицинского и педагогического контроля в процессе адаптивного физического воспитания (ПК-4);
- Методику развития и совершенствования физических способностей с учетом противопоказаний и показаний к занятиям физическими упражнениями (ПК-4).

### **Уметь:**

- Формулировать задачи, подбирать средства, методы, методические приемы обучения двигательным действиям, развития и совершенствования физических способностей занимающихся, формы организации занятий в специальных медицинских группах (ПК-4);
- Организовать медицинский и педагогический контроль в процессе адаптивного физического воспитания в специальных медицинских группах (ПК-4);

### **Владеть:**

- навыками по самостоятельному подбору средств адаптивного физического воспитания студентов в образовательных учреждениях (специальных медицинских группах) (ПК-4);
- способами организации и методики проведения занятий АФВ, методами обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств (ПК-4);
- способами общения и взаимодействия со студентами с нарушениями в развитии (ПК-4);
- стремлением к саморазвитию, повышению своей квалификации и мастерства (ПК-4).

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 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 интерактивн ых методов (в часах / %)	Формы текущего контроля успеваемос ти (по неделям семестра), форма промежуто чной аттестации (по семестрам
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Контрольные работы	СРС		
1	Адаптивное физическое воспитание в профессиональной подготовке студентов средних и высших учебных заведений. Отбор в специальные медицинские группы.	8	1-2	4	8			8	3/25	
2	Особенности организации адаптивного физического воспитания студентов с различными нозологиями.	8	3-4	4	8			8	3/25	
3	Врачебный контроль за процессом адаптивного физического воспитания студентов.	8	5	2	4			8	2/33	
4	Содержание и отличительные черты курса адаптивное физическое воспитание для студентов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе	8	6	2	4			8	2/33	рейтинг- контроль 1
5	Адаптивная физическая культура в высших учебных заведениях как составная часть формирования общей и профессиональной культуры специалиста новой современной формации	8	7	2	4			7	2/33	рейтинг- контроль 2 рейтинг- контроль 3
Всего				14	28			39	12/28,5	Экзамен, 27

## **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. Роль и место адаптивной физической культуры в обеспечении жизнедеятельности молодых людей, имеющих проблемы со здоровьем.
2. Формирование мотивационно-ценностных ориентаций у студентов специальных медицинских групп на занятиях адаптивной физической культурой.
3. Организация учебного процесса в специальных медицинских группах со студентами, имеющими заболевания сердечно-сосудистой системы.
4. Организация учебного процесса в специальных медицинских группах со студентами, имеющими заболевания дыхательной системы.
5. Организация учебного процесса в специальных медицинских группах со студентами, имеющими заболевания органов пищеварения.
6. Организация учебного процесса в специальных медицинских группах со студентами при нарушениях жирового и водно-солевого обмена.

### **Рейтинг-контроль № 2**

#### **Тематика рефератов**

1. Организация учебного процесса в специальных медицинских группах со студентами, имеющими нарушения функций моче-половой системы.
2. Организация учебного процесса в специальных медицинских группах со студентами, имеющими выраженные нарушения опорно-двигательного аппарата.
3. Организация учебного процесса в специальных медицинских группах со студентами с диагнозом миопия (близорукость).
4. Правила составления и ведения дневника самоконтроля при занятиях физическими упражнениями.
5. Диагностика функционального и физического состояния организма человека.
6. Методики тестирования физической подготовленности человека.

### **Рейтинг-контроль № 3**

#### **Тематика рефератов**

1. Восстановительные мероприятия в системе профилактики профзаболеваний.
2. Плавание в профилактике и коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата на занятиях адаптивной физической культурой.
3. Гармонизирующие комплексы хатха-йоги на занятиях адаптивной физ.культурой.
4. Гимнастика цигун на занятиях адаптивной физической культурой.
5. Психогимнастика на занятиях адаптивной физической культурой.
6. Система психосоматической саморегуляции М. Норбекова.

#### **Перечень вопросов к экзамену по дисциплине «Адаптивное физическое воспитание студентов»**

1. Цель и задачи курса адаптивной физической культуры в высших учебных заведениях.
2. Раскрыть основные моменты концепции С.П. Евсеева и В.К. Большевич, Л.И. Лубышевой в области адаптивного физического воспитания студентов.
3. Факторы, влияющие на формирование мотивационно-ценностной ориентации на физическую культуру у студентов специальной медицинской группы.
4. Особенности организации адаптивного физического воспитания студентов в средних профессиональных и высших учебных заведениях.
5. Отличие адаптивной физической культуры студентов от лечебной физической культуры и от занятий физической культурой в основной группе. Формы организации адаптивной физической культуры в высших учебных заведениях.
6. Руководство и контроль за учебным процессом по адаптивной физической культуре в средних и высших учебных заведениях.
7. Основные документы планирования, которые должен вести специалист адаптивной физической культуре в вузе.
8. Роль врачебного контроля в организации учебного процесса по адаптивной физической культуре в вузе.
9. Характеристика трех специальных медицинских групп по методике М.Н. Тарасенко, В.В. Пономаревой. Принцип распределения студентов по группам.
10. Распределение по специальным медицинским подгруппам.
11. Особенности адаптивного физического воспитания в различных подгруппах, в зависимости от нозологии.
12. Особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре со студентами, имеющими заболевания сердечно-сосудистой системы.
13. Особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре со студентами, имеющими заболевания дыхательной системы.

14. Особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре со студентами, имеющими заболевания желудочно-кишечного тракта.
15. Особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре со студентами, имеющими нарушения водно-солевого и жирового обмена.
16. Особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре со студентами, имеющими заболевания моче-половой системы.
17. Особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре со студентами, имеющими выраженные нарушения функций опорно-двигательного аппарата.
18. Особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре со студентами с диагнозом миопия (близорукость).
19. Особенности проведения занятий по адаптивной физической культуры со студентами различных нозологий при совместных занятиях (на конкретном примере).
20. Правила ведения дневника самоконтроля.
21. Содержание и отличительные черты курса адаптивной физической культуры для студентов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.
22. Теоретический раздел программы адаптивной физической культуры в профессиональной подготовке студентов вуза.
23. Практический раздел программы адаптивной физической культуры в профессиональной подготовке студентов вуза.
24. Зачетные требования по адаптивной физической культуре, предъявляемые к студентам, имеющим отклонения в состоянии здоровья.
25. Методики, используемые при оценке физического развития человека.
26. Методики диагностики функционального состояния организма человека.
27. Преемственность адаптивного физического воспитания дошкольного, школьного и среднего или высшего профессионального образования.
28. Использование элементов из нетрадиционных методов реабилитации на занятиях адаптивной физической культурой в средних профессиональных и высших учебных заведениях (гидрореабилитация, йога, пилатес, фитнес и пр.)
29. Особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре в специальных медицинских группах, в различное время года.
30. Особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре в специальных медицинских группах в спортивном и гимнастическом зале, на улице, в бассейне и пр.)
31. Особенности страховки и использования страховочных средств на занятиях адаптивной физической культурой в специальных медицинских группах.

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

1. Раскройте цель и задачи курса адаптивной физической культуры в высших учебных заведениях (вуз).
2. Какие факторы влияют на формирование мотивационно-ценностной ориентации на физическую культуру у студентов специальных медицинских групп.
3. В чем отличие адаптивной физической культуры студентов от лечебной физической культуры.
4. Перечислите формы организации адаптивной физической культуры.
5. Какие основные документы планирования должен вести специалист адаптивной физической культуры в вузе.
6. Какую роль играет врачебный контроль (ВК) в организации учебного процесса по адаптивной физической культуре в вузе.
7. Дайте характеристику трех специальных медицинских групп по методике М.Н. Тарасенко, В.В. Пономаревой.
8. Какие правила необходимо соблюдать при ведении дневника самоконтроля.
9. Раскройте содержание теоретического раздела программы адаптивной физической культуры в профессиональной подготовке студентов вуза.
10. Раскройте содержание практического раздела программы адаптивной физической культуры в профессиональной подготовке студентов вуза.
11. Какие зачетные требования по адаптивной физической культуре предъявляются к студентам, имеющим отклонения в состоянии здоровья.
12. Какие методики используются при оценке физического развития человека.
13. Раскройте методики диагностики функционального состояния организма человека.
14. Какие показатели характеризуют физическую подготовленность студентов специальных медицинских групп.

## **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. Панов Г.А. Врачебно-педагогический контроль в процессе физического воспитания студентов [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Г.А. Панов. - М.: Издательство РУДН, 2012. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785209036531.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. Козырева О.В. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезитерапия [Электронный ресурс]: учеб. словарь-справочник / авт.-сост.: О.В. Козырева, А.А. Иванов. - М.: Советский спорт, 2010.  
<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971804291.html>
2. «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>
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».

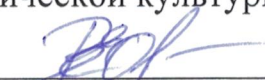
Экран, доска, мел, мультимедийный проектор



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: Учитель физической культуры высшей категории МБОУ СОШ № 37 г. Владимира \_\_\_\_\_  
 Евдокимов В.С.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК протокол № 9/1 от 1.06 2015 года.

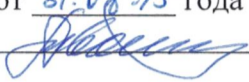
Заведующий кафедрой  Батоцыренова Т.Е.

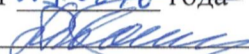
Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии направлений 49.03.01; 49.03.02

протокол № 5/1 от 2.04 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 \_\_\_\_\_  Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа одобрена на 2016/17 учебный год  
Протокол заседания кафедры № 1 от 29.08.16 года  
Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_  Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа одобрена на \_\_\_\_\_ учебный год  
Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ года  
Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ Батоцыренова Т.Е.