

Программу составил(и):

канд.пед.наук, доцент, Пенькова И.В.

Рабочая программа дисциплины/ практики

разработана в соответствии с ФГОС ВО (ФГТ):

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 942)

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Протокол от 28.04.2026 г. № 13

рабочая программа утверждена на учебно-методической комиссии факультета

Протокол от 12.05.2026 г. № 8

Визирование РПД/РПП для исполнения в очередном учебном году

Председатель учебно-методической комиссии факультета

Протокол от _____ 2026 г. № ____
_____Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2026-2027 учебном году на заседании кафедры

Протокол от _____ 2026 г. № ____

Зав. кафедрой _____

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель учебно-методической комиссии факультета

Протокол от _____ 2027 г. № ____
_____Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2027-2028 учебном году на заседании кафедры

Протокол от _____ 2027 г. № ____

Зав. кафедрой _____

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель учебно-методической комиссии факультета

Протокол от _____ 2028 г. № ____
_____Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2028-2029 учебном году на заседании кафедры

Протокол от _____ 2028 г. № ____

Зав. кафедрой _____

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель учебно-методической комиссии факультета

Протокол от _____ 2029 г. № ____
_____Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2029-2030 учебном году на заседании кафедры

Протокол от _____ 2029 г. № ____

Зав. кафедрой _____

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) / ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ	
1.1	освоение студентами знаний, методических и
1.2	практических умений и навыков в области технологий физкультурно-спортивной
1.3	деятельности для осуществления реабилитационной деятельности с инвалидами и лицами с
1.4	ограниченными возможностями различных возрастных и нозологических групп во всех видах
1.5	адаптивной физической культуры.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) / ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.О
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Теория и методика физической культуры
2.1.2	Анатомия человека
2.1.3	Биомеханика двигательной деятельности
2.1.4	Гимнастика
2.1.5	Лыжная подготовка
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) / практики необходимо как предшествующее:

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) / ПРАКТИКИ	
ОПК-1: Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	
ОПК-1.1: Знает: - средства и способы реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с лицами с отклонениями в состоянии здоровья;	
ОПК-1.3: Умеет: - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по базовым видам спорта с учетом материально-технических возможностей, возрастных особенностей занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - распределять на протяжении занятия средства базовых видов спорта с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - организовывать группу занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений базовых видов спорта; - осуществлять подготовку занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей и подготовленности занимающихся;	
ОПК-1.5: Имеет опыт: - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и внеучебного времени образовательной организации; - проведения фрагмента занятия физкультурно-спортивной направленности с использованием средств базовых видов спорта;	
ОПК-7: Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, чувствительные периоды развития тех или иных функций	
ОПК-7.10: Умеет: - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом чувствительных периодов развития их функций;	
ОПК-7.13: Имеет опыт: - планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся;	
ОПК-7.4: Знает: - особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья;	
ОПК-7.5: Знает: - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп;	

ОПК-7.8: Умеет:

- разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп;

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) / ПРАКТИКИ

Код заня	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Практич.под	Компетенции	Содержание тем
	Раздел 1. Основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре			0		
1.1	Технологии физкультурно-спортивной деятельности как учебно-педагогическая и научная дисциплина. /Лек/	4	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Предмет и задачи дисциплины. Место курса, цель курса, задачи. Возникновение и развитие дисциплины. Предмет исследования технологий физкультурно-оздоровительной деятельности. Средства, методы и методические приемы. Основные разделы дисциплины.
1.2	Сущность и содержание технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре. /Лек/	4	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Основные понятия: технология и методика. Технологии в современном образовательном пространстве и в сфере АФК. Отличительные черты технологии ФСД в АФК. Основные характеристики технологий. Разновидности технологий ФСД в АФК.
1.3	Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности в АФК /Лек/	4	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Понятия и классификация профессионально-ориентированных видов. Специальное оборудование и инвентарь в процессе организации физкультурно-спортивной деятельности в АФК. Особенности содержания видов физкультурно-спортивной деятельности в АФК (бег с лидером, радиальный баскетбол, сидячий волейбол и др. виды).
1.4	Технологические аспекты занятий физкультурно-спортивной деятельностью в АФК. /Лек/	4	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Занятие как основная форма решения задач обучения и развития обучающихся с ОВЗ и инвалидов. Формы организации обучающихся на уроках физической культуры. Методические приемы повышения эффективности учебного процесса по АФК. Подходы к построению занятий оздоровительной направленности.
1.5	Общая характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре /Пр/	4	2	2	ОПК-1.3 ОПК-7.8 ОПК-7.10	Классификационные признаки технологий ФСД в АФК. Характеристика технологий ФСД в АФК. Общие аспекты использования технологий в АФК.
1.6	Особенности использования средств и методов базовых видов спорта в ФСД адаптивной физической культуры /Пр/	4	4	4	ОПК-1.3 ОПК-7.8 ОПК-7.10	Особенности использования базовых видов спорта в уроке физической культуры (подготовительной и заключительной частях). Особенности развитие физических качеств лиц с ОВЗ и инвалидов на уроках легкой атлетики, гимнастики, спортивных играх.

1.7	Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности, моделирующие ограничения движений. /Пр/	4	4	4	ОПК-1.3 ОПК-7.8 ОПК-7.10	Моделирование ограничений двигательной деятельности студентов: искусственная депривация зрения, слуха; иммобилизация суставных движений, сочетание перечисленных способов ограничения двигательной активности. Моделирование ограничений двигательной деятельности студентов путем использования специальных технических средств.
1.8	Особенности планирования и контроля в процессе занятий адаптивной физической культурой. /Пр/	4	4	4	ОПК-1.3 ОПК-7.8 ОПК-7.10	Подбор физических упражнений базовых видов спорта для развития физических качеств и обучения двигательным действиям лиц с ОВЗ. Содержание и методы контроля (самоконтроля) на занятиях различными видами ФСД в АФК.
1.9	Раздел 1, Тема 1.2-1.3 /Ср/	4	4	4	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Теоретическое изучение материала, подготовка к занятию
1.10	Раздел 1, Тема 1.5-1.6 /Ср/	4	6	6	ОПК-1.1 ОПК-1.5 ОПК-7.13	Теоретическое изучение материала по темам, подготовка к практическому занятию
1.11	Раздел 1, Тема 1.4, 1.7-1.8 /Ср/	4	10	10	ОПК-1.5 ОПК-7.13	Теоретическое изучение материала, составление комплекса упражнений для одной из частей занятия (сидячий волейбол, бег с лидером) и развития основного физического качества
	Раздел 2. Оздоровительные виды гимнастики в адаптивной физической культуре			0		
2.1	Раздел 2, Тема 2.5, 2.7 /Ср/	4	20	20	ОПК-1.3 ОПК-1.5 ОПК-7.8	Подготовка презентации и доклада (методика занятий оздоровительной аэробики и фитбол-аэробики с учётом особенностей отклонения в состоянии здоровья и возрастных особенностей занимающихся)
2.2	Раздел 2, Тема 2.2.-2.3 /Ср/	4	12	12	ОПК-1.1 ОПК-1.3 ОПК-7.8	Теоретическое изучение материала, выполнение практических заданий (базовые шаги и составление комплекса)
2.3	Раздел 2, Тема 2.4 /Ср/	4	6	6	ОПК-7.4 ОПК-7.5 ОПК-7.8	Подготовка к поведению фрагмента занятия оздоровительной аэробики
2.4	Оздоровительная аэробика в адаптивной физической культуре. /Лек/	4	4	4	ОПК-1.1 ОПК-7.4	Аэробика как вид двигательной активности. Классификация аэробики. Назначение основных направлений аэробики с учётом специфики АФК. Структура и содержание занятий оздоровительной аэробики в АФК. Контроль и самоконтроль в процессе занятий оздоровительной аэробики.
2.5	Фитбол-аэробика в адаптивной физической культуре /Лек/	4	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4	Понятие фитбол-аэробики и фитбол-гимнастики, виды фитболов. Задачи, решаемые в процессе занятий фитбол-аэробики. Особенности методики проведения занятий с использованием фитбола.
2.6	Степ-аэробика в адаптивной физической культуре. /Лек/	5	4	4	ОПК-1.1 ОПК-7.4	Задачи, решаемые в процессе степ-аэробики в АФК. Структура и содержание занятий степ-аэробики. Особенности построения занятий в АФК.

2.7	Стретчинг в адаптивной физической культуре. /Лек/	5	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4	Оздоровительная растягивающая гимнастика в АФК. Физиологическое обоснование растягивающих упражнений. Понятие, виды стретчинга, методы развития гибкости, Особенности применения стретчинга в различных частях оздоровительной тренировки с лицами ОВЗ и инвалидов.
2.8	Методика занятий оздоровительной и прикладной аэробикой с различным контингентом занимающихся в АФК /Пр/	4	4	4	ОПК-1.3 ОПК-1.5	Базовые шаги аэробики и особенности их обучения. Содержание занятий оздоровительной аэробикой с детьми, имеющими ограниченные возможности (нарушением слуха, зрения, нарушения интеллекта). Проектирование и выполнение комплекса упражнений для инвалидов-колясочников.
2.9	Технология конструирования программы занятий по оздоровительной аэробике /Пр/	4	4	4	ОПК-1.3	Построение графика фонограммы типового занятия по оздоровительной аэробике. Построение графика пульсового режима занятия по оздоровительной аэробике. Расчет количества упражнений в комплексе по оздоровительной аэробике в соответствии с графиком фонограммы.
2.10	. Методика проведения занятий оздоровительной аэробикой в адаптивной физической культуре. /Пр/	4	4	4	ОПК-1.3	Задачи и особенности содержания занятий в соответствии нозологической группы обучающихся. Построения комплекса низкоударной аэробики для лиц, имеющих ограниченные возможности. Проведение подготовительной, основной части урока с использованием элементов оздоровительной аэробики. Контроль в процессе занятия.
2.11	Методика проведения урока с использованием фитбол-аэробики /Пр/	4	4	4	ОПК-1.3	Упражнения фитбол-аэробики: «Хлопок», «Поворот», «Ноги врозь» и др. Содержание и структура занятий с использованием фитбол-аэробики. Организация обучающихся в процессе урока ФК. Регулирование нагрузки в процессе урока физической культуры. Контроль в процессе занятия.
2.12	Методика проведения занятий степ-аэробикой в адаптивной физической культуре. /Пр/	5	4	4	ОПК-1.3	Основные упражнения степ-аэробикой. Структура и содержание занятий степ-аэробикой для обучающихся различных нозологических групп. Контроль и самоконтроль на занятиях степ-аэробикой.
2.13	Принципы и структура стретч-занятия в адаптивной физической культуре /Пр/	5	2	2	ОПК-1.3	Правила растягивания. Схема занятий по растягиванию. Исходные положения при выполнении упражнений. Категории сложности упражнений в растягивании.

2.14	Методика проведения урока с использованием стретчинга в адаптивной физической культуре. /Пр/	5	2	2	ОПК-1.3	Применение упражнений в растягивании в разных формах: как часть занятий по аэробике; как самостоятельной системы упражнений. Упражнения с различными нозологическими и половозрастными группами.
2.15	Методика занятий восстановительной статической гимнастикой в адаптивной физической культуре. /Пр/	5	2	2	ОПК-1.3	Особенности воздействия изотонических, статодинамических упражнений в процессе занятий АФК. Подбор упражнений для развития основных физических качеств. Использование изотонических упражнений на занятиях АФК с учётом нозологических групп и возрастных особенностей занимающихся.
2.16	Значение и виды гимнастики в адаптивной физической культуре для лиц с ОВЗ и инвалидов. /Лек/	4	4	4	ОПК-1.1	Виды гимнастики, применяемые в работе с людьми, имеющими ограниченные возможности. Задачи, решаемые в процессе занятий гимнастикой с учётом специфики направлений АФК. Особенности оздоровительной тренировки в различные возрастные группы. Адаптивное направление аэробики (лечебно-реабилитационное, рекреативное, кондиционно-профилактическое).
2.17	Раздел 2, Тема 2.9 /Ср/	5	6	6	ОПК-1.1 ОПК-1.5	Теоретическое изучение курса, выполнение практического задания (основные упражнения степ-аэробики, комплекс упражнений)
2.18	Раздел 2, Тема 2.11-2.12 /Ср/	5	6	6	ОПК-1.1 ОПК-1.5	Теоретическое изучение курса, подготовка к практическому занятию
2.19	Раздел 2, Тема 2.13 /Ср/	5	6	6	ОПК-1.1 ОПК-1.5	Подбор упражнений для развития физических качеств с использованием статической гимнастики
	Раздел 3. Плавание как вид физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре			0		
3.1	Плавание как основной вид ФСД в адаптивной физической культуре /Лек/	5	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Значение плавания для лиц с ОВЗ и инвалидов. Задачи, решаемые в процессе занятий плаванием лиц с ОВЗ и инвалидов. Аква-аэробика в АФК. Содержание занятий аква-аэробикой для лиц с ОВЗ и инвалидов.
3.2	Методика обучения плаванию лиц с ОВЗ и инвалидов. /Лек/	5	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Преодоление критических ситуаций на воде. Обучение технике упражнений, выполняемых детьми в ванне. Меры по предупреждению развития особо опасных ситуаций и преодоление случившегося. Особенности и способы обучения плаванию детей с ПОДА.

3.3	Методика занятий аква-аэробикой в АФК. /Лек/	5	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Аква-аэробика и гидроаэробика в адаптивной физической культуре. История возникновения, основные требования к занятиям в воде. Структура построения занятия гидроаэробикой. Особенности построения и проведения занятий с разными возрастными категориями и пациентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, беременными.
3.4	Методика проведения урока по плаванию занимающихся с ОВЗ и инвалидов /Лек/	5	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Структура и содержание урока по плаванию. Способы организации обучающихся с учётом нозологической группы. Способы обучения плаванию различных нозологических групп.
3.5	. Правила выполнения упражнений, выполняемых в ванне /Пр/	5	2	2	ОПК-7.8 ОПК-7.10	Способы поддержки ребенка в воде. Упражнения в воде. Методические рекомендации М.Н. Лосевой.
3.6	Методика обучения плаванию обучающихся с ОВЗ /Пр/	5	2	2	ОПК-7.8 ОПК-7.10	Обучению дыхательных упражнений. Вспомогательные упражнения в воде. Подвижные игры в воде. Методика проведения занятий по плаванию в АФК.
3.7	Организация и проведение занятий гидроаэробикой лиц, имеющих ограниченные возможности /Пр/	5	4	4	ОПК-7.8 ОПК-7.10	Общеразвивающие и плавательные упражнения на занятиях гидроаэробикой. Проведение занятия по гидроаэробике. Применение специального плавательного снаряжения для плавания лиц, имеющих ограниченные возможности.
3.8	Раздел 3, Тема 3.3-3.5 /Ср/	5	9	9	ОПК-7.8 ОПК-7.10 ОПК-7.13	Теоретическое изучение курса, подготовка к практическому занятию (подбор упражнений для обучения плаванию лиц с ОВЗ)
3.9	Раздел 3, Тема 3.7 /Ср/	5	9	9	ОПК-7.8 ОПК-7.13	Теоретическое изучение курса, подготовка к практическому занятию (подбор упражнений для гидроаэробики)
	Раздел 4. Спортивные и подвижные игры в адаптивной физической культуре			0		
4.1	Общая характеристика спортивных и подвижных игр в адаптивной физической культуре. /Лек/	5	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Социальная сущность и значение игры. Подбор и моделирование игр в адаптивной физической культуре. Применение психологических игр, направленных на установление психологического контакта между занимающимися. Подвижные игры для детей с нарушением в развитии. Нетрадиционные игровые виды спорта в адаптивной физической культуре: дартс, мини-футбол, радиальный баскетбол.
4.2	Коррекционно-развивающие игры в адаптивной физической культуре. /Лек/	5	4	4	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Сущность и содержание коррекционно-развивающих игр в учебном процессе по ФК в школе. Требования и методика проведения подвижных игр для обучающихся различных нозологических групп.

4.3	Методика проведения уроков физической культуры с использованием спортивных и подвижных игр. /Лек/	4	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Содержание игровой деятельности с учётом возрастных особенностей и нозологической группы. Методика проведения урока физической культуры на примере использования спортивной игры (радикальный баскетбол, мини-футбол, дартс).
4.4	Организация и проведение игры в футбол с людьми, имеющими ограниченные возможности /Пр/	5	2	2	ОПК-7.8 ОПК-7.13	Использование игры в мини-футбол с людьми, имеющими нарушения интеллекта. Использование игры в мини-футбол со слабослышащими людьми
4.5	Организация и проведение игры в радиальный баскетбол - "Питербаскет".. /Пр/	5	2	2	ОПК-7.8 ОПК-7.13	Организация игры в питербаскет (разметка и подготовка инвентаря). Организация игры в питербаскет с людьми, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата. Практическое применение адаптированного варианта - Питербаскет-валид - в спортивном движении людей с ограниченными физическими возможностями.
4.6	Организация и проведение игры в дартс в адаптивной физической культуре. /Пр/	5	2	2	ОПК-7.8 ОПК-7.13	Организация и проведение соревнований по дартсу среди лиц, имеющих поражения опорно-двигательного аппарата. Организация и проведение игры в дартс с лицами, имеющими нарушения функций зрительного анализатора (коррекционная направленность игры в дартс).
4.7	Организация и проведение игр для детей с нарушением зрения, с глухими и слабослышащими детьми, игры для детей с нарушением речи /Пр/	5	2	2	ОПК-7.8 ОПК-7.13	Содержание подвижных игр. Подбор игр для развития основных физических качеств. Требования к организации и проведению подвижных игр.
4.8	Организация и проведение подвижных игр для детей с ПОДА. /Пр/	6	2	2	ОПК-7.8 ОПК-7.13	Содержание подвижных игр для детей с ПОДА: *церебральным; *спинальным; *ампутанционным. Подбор игр для развития основных физических качеств. Методические приемы проведения подвижных игр для детей с ПОДА
4.9	Подбор и применение игр, направленных на установление психологического контакта между занимающимися в рамках инклюзивного образования /Пр/	6	2	2	ОПК-7.8 ОПК-7.13	Игра в шахматы, ассоциации в процессе занятий в АФК.
4.10	Раздел 4, тема 4.3-4.7 /Ср/	5	18	18	ОПК-7.8 ОПК-7.13	Теоретическое изучение курса, подготовка к практическому занятию (подбор подвижной игры для детей младшего школьного возраста с различными отклонениями в состоянии здоровья)
4.11	Раздел 4, тема 4.8-4.9 /Ср/	6	13	13	ОПК-7.8 ОПК-7.13	Теоретическое изучение курса, подготовка к практическому занятию (подбор подвижной игры для детей с ПОДА)
	Раздел 5. Технология физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в образовательных организациях			0		

5.1	Общая характеристика спортивно-массовых мероприятий в адаптивной физической культуре /Лек/	6	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Цели и задачи. Формы организации: спортивные праздники, фестивали, состязания, игры с лицами, имеющими ограниченные возможности. ФВСК ГТО для инвалидов. Основы планирования спортивно-массовых мероприятий.
5.2	Организация фестиваля спорта и творчества для лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья /Лек/	6	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Содержание фестивалей. Методика организации и проведения с учётом различных нозологических групп и возрастных особенностей. Основные требования к технике безопасности.
5.3	Физкультурно-оздоровительные досуги в адаптивной физической культуре /Лек/	6	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4	Цели и задачи досуговой деятельности в области АФК. Формы организации и их содержание в соответствии с возрастными особенностями обучающихся. Методика проведения физкультурного досуга с обучающимися, имеющими ограниченные возможности здоровья. Проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
5.4	Организация и проведение фестиваля спорта и творчества для лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья /Пр/	6	4	4	ОПК-1.3 ОПК-7.5	Организация и проведение: зимних спортивных праздников на улице, летних спортивных праздников на улице, фестивалей с учётом специфики нозологической группы занимающихся и возрастных особенностей. Семейные праздники и фестивали.
5.5	Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями. /Пр/	6	2	2	ОПК-1.3 ОПК-7.13	Виды туризма, применяемые в АФК. Техника безопасности в процессе туристических мероприятий. Планирование туристических мероприятий для занимающихся с ОВЗ.
5.6	Организация и проведение физкультурных досугов в дошкольном и младшем школьном возрасте в АФК /Пр/	6	4	4	ОПК-7.10 ОПК-7.13	Игровые упражнения; шуточные игры; забавы и аттракционы. Физкультурный досуг на улице и в спортивном зале. Проведение игровых физкультурных минуток и физкультпауз с обучающимися ОВЗ.
5.7	Раздел 5, тема 5.3-5.6 /Ср/	6	19	19	ОПК-7.8 ОПК-7.13	Выполнение практического задания: составить сценарий и положение фестиваля спорта (с учётом нозологической группы)
	Раздел 6. Нетрадиционные оздоровительные технологии в адаптивной физической культуре			0		
6.1	Система ИЗОТОН в адаптивной физической культуре /Лек/	6	4	4	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Физиологическое обоснование системы изотон. Задачи, решаемые в процессе занятий изотон АФК. Основные принципы изотон. Структура и содержание занятий по изотону.
6.2	Функционально-ориентированные виды физических упражнений. /Лек/	6	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Дыхание в коррекции и профилактике заболеваний человека. Виды авторских методик дыхательной гимнастики: А. Стрельниковой, В. Бутейко, йоговское дыхание. Обучение рациональному дыханию в процессе занятий АФК.

6.3	Характеристика и методика гимнастики для глаз /Лек/	6	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Авторские методики глазодвигательных упражнений. АФО глаза. Методика У.Бейтса, В. Демирчоглына, Аветисова, М. Норбекова. Особенности их применения в процессе занятий АФК.
6.4	Метод антистрессовой пластической гимнастики в адаптивной физической культуре /Лек/	6	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Сущность антистрессовой пластической гимнастики в области оздоровительной ФК. Задачи, решаемые в процессе занятий АПГ. Содержание АПГ. Требования к использованию АПГ. Технология планирования АПГ.
6.5	Элементы йоги в адаптивной физической культуре. /Лек/	6	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Йога как одна из оздоровительных систем. Принципы занятий йогой. Требования к проведению занятий. Правила выполнения дыхательных упражнений и асанов. Технология составления занятий.
6.6	Организация и проведение занятий ИЗОТОНОМ в адаптивной физической культуре /Пр/	6	4	4	ОПК-1.5	Техника выполнения статодинамических упражнений. Упражнения на развития силовых качеств. Методика проведения основных частей занятия ИЗОТОНОМ.
6.7	Организация и проведение занятий с использованием дыхательных упражнений в адаптивной физической культуре /Пр/	6	2	2	ОПК-1.5 ОПК-7.8	Специальные упражнения для органов дыхания. Методика и условия проведения дыхательной гимнастики. Предварительная оценка состояния занимающихся с акцентом на отклонения дыхательной функции и индивидуальных возможностей выполнения гимнастических упражнений; определение основной задачи воздействия на дыхание; подбор адекватных средств оздоровительной гимнастики и создание условий для эффективного решения поставленных задач; контроль за текущим состоянием занимающихся.
6.8	Организация и проведение гимнастики для глаз в адаптивной физической культуре. /Пр/	6	2	2	ОПК-1.3 ОПК-1.5	Последовательность выполнения упражнений для глаз и дозировка. Выполнение гимнастических упражнений в различных формах: физкультминутка; физкультпауза. Выполнение авторских методик упражнений для глаз.
6.9	Организация и проведение частей комплекса АПГ. /Пр/	6	2	2	ОПК-1.5 ОПК-7.8	Содержание разминки и техника выполнения упражнений. Фронтальное перемещение. Боковое перемещение. Круговое перемещение. Свободное перемещение. Суставной массаж и упражнения на растягивание. Танцевальные шаги, бег.
6.10	Организация и проведение занятий с использованием йоги в адаптивной физической культуре. /Пр/	6	4	4	ОПК-1.5 ОПК-7.8	Основы дыхательных упражнений и асанов. Техника их выполнения. Йога в различных частях занятия в АФК.
6.11	Самомассаж в процессе занятий адаптивной физической культурой /Лек/	6	2	2	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.5	Значение самомассажа в процессе занятий АФК. Приемы и техника их выполнения. Обучение самомассажу на занятиях АФК.
6.12	Раздел 6, тема 6.3-6.11 /Ср/	6	19	19	ОПК-1.1 ОПК-7.4 ОПК-7.8	Теоретическое изучение курса, подготовка к занятию

5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

5.1. Текущий контроль

Текущий контроль осуществляется на занятиях аудиторного типа. Средствами текущего контроля являются: доклад с презентацией (до 10 баллов), устный опрос по темам и вопросам программного материала (до 5 баллов), практические задания (до 5 баллов), кейс-задачи (до 5 баллов), тестирование - до 10 баллов.

В каждом семестре обучающийся осуществляет защиту доклада с презентацией (5 семестре - 2, 6 семестр - 1).

Практические задания применяются на занятиях для оценивания уровня сформированности умений. В 5 семестре выполняется 5 заданий, в 6 семестре - 5 заданий.

Кейс-задача - это проблемное задание, в котором обучающемуся предлагают осмыслить реальную профессионально-ориентированную ситуацию, необходимую для решения предложенной проблемы. В каждом семестре обучающийся выполняет две кейс-задачи.

За успешное освоение дисциплины и посещение более 85% занятий начисляются премиальные (дополнительные) баллы - 10 баллов.

5.2. Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета, экзамена.

Зачет проводится в 5 семестре по результатам выполнения основных контрольных мероприятий БРС.

Зачет выставляется обучающимся, не имеющим задолженности в процессе изучения дисциплины, по итогам текущего контроля:

Зачтено 61-100 баллов;

Не зачтено – 60 и менее.

Экзамен проводится в 6 семестре в форме собеседования по теоретическому вопросу и кейс-задачи.

Вопросы для подготовки к экзамену:

1. Цель и задачи дисциплины «Технологии физкультурно-оздоровительной деятельности в адаптивной физической культуре».
2. Определение понятий, классификация средств и методов фод в афк.
3. Классификация технологий в зависимости от применяемых средств и нозологических признаков.
4. Перечислите основные виды гимнастических упражнений, используемых в работе с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья
5. Аэробика как вид физкультурно-оздоровительной деятельности.
6. Использование фитбол-аэробики в АФК.
7. Оздоровительная аэробика как вид ТФОД в АФК.
8. Степ-аэробика в АФК.
9. Использование стретчинга в АФК.
10. Использование статической гимнастикой в адаптивной физической культуре.
11. Использование калланетики в АФК.
12. Гидроаэробика в адаптивной физической культуре.
13. Профессионально-ориентированные виды спорта в подготовке специалиста по адаптивной физической культуре.
14. Спортивные и подвижные игры в адаптивной физической культуре.
15. Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями здоровья.
16. Изотон в адаптивной физической культуре.
17. Дыхательная гимнастика в адаптивной физической культуре.
18. Глазодвигательная гимнастика в адаптивной физической культуре.
19. Антистрессовая пластическая гимнастика в адаптивной физической культуре.
20. Общая характеристика спортивно-массовых мероприятий в адаптивной физической культуре.
21. Формы организации: спортивные праздники, фестивали, состязания, игры с лицами, имеющими ограниченные возможности.
22. Основы планирования спортивно-массовых мероприятий.
23. Организация фестиваля спорта и творчества для лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья.
24. Методика организации и проведения фестиваля с учётом различных нозологических групп и возрастных особенностей.
25. Цель, задачи и содержание физкультурно-оздоровительных досугов в адаптивной физической культуре.
26. Методика проведения физкультурного досуга с обучающимися, имеющими ограниченные возможности здоровья.
27. Проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
28. Технологии, применяемые в досуговой деятельности обучающихся с ОВЗ.
29. Использование технологий ФСД для повышения эффективности уроков АФК.
30. Самомассаж в процессе занятий адаптивной физической культурой.
31. Авторские методики гимнастики для глаз.
32. Йога в адаптивной физической культуре.

Оценка формируется из баллов текущего контроля и промежуточной аттестации.

Оценка на экзамене:

отлично - 87-100 баллов;

Хорошо - 73-86 баллов;

Удовлетворительно - 61-72 балла.

5.3. Бально-рейтинговая система оценки

5 семестр - промежуточная аттестация - зачет

Текущий контроль :

Устный опрос - 5 балла - 5x5=25 баллов

Практическое задание - 5 баллов - 5x5=25 баллов

Кейс-задача - 5 баллов - 5x2=10 баллов

Доклад с презентацией - 10 баллов - 10x2=20 баллов

Тестирование - 10 баллов - 10x1=10 баллов

Посещение занятий - 10 баллов

Всего: 100 баллов

6 семестр - промежуточная аттестация (экзамен):

Текущий контроль:

Устный опрос - 5 баллов - 5x4=20 баллов

Доклад с презентацией - 5 баллов 5x1=5 баллов

Практическое задание - 5 баллов - 5x3=15 баллов

Кейс-задача - 5 баллов - 5x2=10 баллов

Тестирование - 10 баллов - 10x1=10 баллов

Итого: 60 баллов

Промежуточная аттестация (экзамен) - 20-40 баллов:

Собеседование:

Теоретический вопрос - 20 баллов

Кейс-задача - 20 баллов

Итого: 40 баллов

Всего: 100 баллов

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) / ПРАКТИКИ**6.1. Рекомендуемая литература****6.1.1. Основная литература**

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Кол-во	Эл. адрес
Л1.1	авт.-сост. : О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев ; под ред. С. П. Евсеева	Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учеб. для учреждений высш. проф. образования по направлениям 49.03.02 - "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптив. физ. культура)", 49.04.02 - "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптив. физ. культура)", 49.02.02 - "Адаптив. физ. культура"	Москва: Спорт, 2016	1	https://www.iprbookshop.ru/55569
Л1.2	Евсеев С. П.	Теория и организация адаптивной физической культуры: учеб. для образов. учреждений высш. проф. образования по направлению 49.03.02 - "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адапт. физ. культура)"	Москва: Спорт, 2016	1	https://www.iprbookshop.ru/55593
Л1.3	авт.-сост. : О.Э. Евсеева, С. П. Евсеев; под ред. С. П. Евсеева	Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учеб. пособие для студентов высш. и сред. проф. учеб. заведений по специальности 022500 - "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья" (адаптив. физ. культура) и 0323 - "Адаптив. физ. культура"	Москва: Сов. спорт, 2004	0	
6.1.2. Дополнительная литература					
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Кол-во	Эл. адрес

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Кол-во	Эл. адрес
Л2.1	Башта Л. Ю.	Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми: учеб. пособие	Омск: Изд-во СибГУФК, 2019	0	
Л2.2	Поздеева Е. А.	Фитнес-йога: основы организации и проведение занятий: учеб. пособие	Омск: Изд-во СибГУФК, 2018	0	
Л2.3	сост. Л. Ю. Башта ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта	Двигательная рекреация. Оздоровительная тренировка: учеб. пособие	Омск: Изд-во СибГУФК, 2018	0	
Л2.4	Булгакова Н. Ж., Морозов С. Н., Попов О. И., Морозова Т. С.	Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание: учеб. пособие для академ. бакалавриата	Москва: Юрайт, 2018	0	
Л2.5	Асташина М. П.	Физкультурно-оздоровительная работа с разными возрастными группами населения: учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры	Омск: Изд-во СибГУФК, 2014	0	
Л2.6	Рипа М. Д., Кулькова И. В.	Коррекционно-развивающие основы лечебной и адаптивной физической культуры: учеб.-метод. пособие для студентов вузов	Москва: Изд-во МГПУ, 2013	1	https://www.iprbookshop.ru/26508
Л2.7	сост. И. А. Ивко ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта	Физкультурно-оздоровительные технологии: курс лекций	Омск: Изд-во СибГУФК, 2009	0	
Л2.8	Галеева О. Б.	Методика проведения занятий гидроаэробикой: учеб. пособие	Омск: Изд-во СибГАФК, 1998	31	

6.3.1 Перечень программного обеспечения

MS Office	Офисный пакет	ООО «ДиЭй Технолоджи», договор 18-02/13 от 25.02.2013
СТ "INDIGO"	Система тестирования	ИП Алпатов Станислав Викторович, лицензия № 53706 от 04.10.2013
Adobe Reader, Foxit Reader, Sumatra PDF Reader и др.	Программа для просмотра документов в формате pdf	Бесплатное ПО
Google Chrome, Яндекс Браузер, Mozilla Firefox, Microsoft Edge и др.	Браузер для доступа к сети «Интернет»	Бесплатное ПО
Real Player, VLC Media Player и др.	Программа для воспроизведения аудио- и видеофайлов	Бесплатное ПО
LMS "MOODLE"	Система управления электронными образовательными курсами	Бесплатное ПО

6.3.2 Перечень информационных справочных систем

РУКОНТ	https://rucont.ru/
IPRbooks	https://www.iprbookshop.ru/
ЮРАЙТ	https://urait.ru/
МГАФК	http://lib15.sibsport.ru/MegaPro/Web
НГПУ МЭБ	https://icdlib.nspu.ru/
НГУ им. П.Ф.Лесгафта	http://lib15.sibsport.ru/MegaPro/Web
ВЛГАФК	http://lib15.sibsport.ru/MegaPro/Web
Поволжский ГУФКСиТ	http://lib15.sibsport.ru/MegaPro/Web
ЭБС ЛАНЬ	https://e.lanbook.com/
АИБС «МегаПро»	https://data-express.ru/aibc-megapro/
Академия Google	https://scholar.google.ru/
Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU	https://www.elibrary.ru/

8. ВИД, ТИП И СПОСОБЫ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ

Вид практики	Свой
Форма проведения	нет
Способы проведения	нет
Тип практики	