

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

Утверждаю:

Декан факультета физической культуры  
и спорта



(подпись)

(наименование института / факультета)

П.В. Левин

(И.О. Фамилия)

« 30 » августа 2019 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Адаптивное физическое воспитание  
лиц с нарушением интеллектуального развития

Уровень основной профессиональной образовательной программы  
бакалавриат

Направление подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии

здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль) Адаптивное физическое воспитание

Форма обучения заочная

Сроки освоения ОПОП 4 года 6 месяцев

Факультет (институт) Физической культуры и спорта

Кафедра Медико-биологических и психологических основ физического воспитания

Рязань, 20 19

## ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

### 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины «Адаптивное физическое воспитание лиц с нарушением интеллектуального развития» являются развитие у обучающихся личностных качеств, формирование универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций в соответствии с требованиями ФГОС ВО по данному направлению подготовки, позволяющих выпускнику успешно работать в сфере адаптивной физической культуры и адаптивного спорта и быть устойчивым на рынке труда.

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА

2.1. Дисциплина «Адаптивное физическое воспитание лиц с нарушением интеллектуального развития» Б1.В.04 относится к Части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1.

2.2. Для изучения данной дисциплины необходимы следующие предшествующие дисциплины:

- Частные методики адаптивной физической культуры
- Биомеханика двигательных действий
- Общая патология и тератология
- Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в АФК
- Теория и методика обучения спортивным играм

2.3. Перечень последующих дисциплин, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной:

- Производственная практика (преддипломная практика)
- Выпускная квалификационная работа

## 2.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся универсальных (УК) компетенций:

№ п/п	Код и содержание компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны:		
			Знать	Уметь	Владеть (навыками)
1	2	3	4	5	6
1.	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Осуществляет выбор средств и методов контроля индивидуального физического развития и уровня физической подготовленности	-анатомио-физиологическую характеристику детей с нарушениями интеллектуального развития, классификацию нарушений по степени тяжести и времени получения дефекта; - типичные и специфические нарушения физического развития, двигательных и координационных способностей лиц с нарушениями интеллекта.	- проводить занятия различными видами адаптивной физической культуры: адаптивным физическим воспитанием, адаптивным спортом, адаптивной двигательной рекреацией, физической реабилитацией с лицами, имеющими нарушения интеллектуального развития.	- физкультурно-оздоровительной, лечебно-восстановительной и спортивной работы с лицами, имеющими нарушения интеллектуального развития, в образовательных (коррекционных) школах и интернатах, домах ребенка, лечебных и реабилитационных центрах, спортивных клубах и других организациях.
	УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.	УК-8.2. Оценивает степень потенциальной опасности; выявляет проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на	- методику проведения занятий для лиц с нарушениями интеллектуального развития по восстановлению у них нарушенных или временно утраченных функций.	- способствовать восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма и способностей к общественной и профессиональной деятельности лиц с нарушениями интеллекта с использованием средств и методов адаптивной физической культуры.	- владеть методиками организации и построения занятий в различных видах и формах АФК: адаптивном физическом воспитании, адаптивной физической рекреации, коррекционных занятиях, спортивных секциях для лиц с нарушениями интеллекта; - владеть методиками по осуществлению коррекции и

		рабочем месте; предлагает мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций; создает условия безопасной и комфортной среды и умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих.			компенсации вторичных нарушений в двигательной сфере, соматическом развитии, физических и координационных способностях.
--	--	--	--	--	--

## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### 1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр № 8	Семестр № 9
1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)		<b>14</b>	10	
В том числе:				
Лекции (Л)		<b>8</b>	4	4
Практические занятия (ПЗ), семинары (С)				
Лабораторные работы (ЛР)		<b>6</b>	6	
Иные виды занятий				
2. Самостоятельная работа студента (всего)		<b>189</b>	166	23
3. Курсовая работа	КП			
	КР			
Вид промежуточной аттестации	зачет (З)	<b>3</b>	3	
	экзамен (Э)			Э
ИТОГО: общая трудоемкость	часов	<b>216</b>	180	36
	зач. ед.	<b>6</b>	5	1

### 2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 2.1. Содержание разделов дисциплины

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела учебной дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах
1	2	3	4
8	1	Коррекционно-развивающая направленность АФК с лицами, имеющими отклонения в интеллектуальном развитии	Базовые предпосылки построения частных методик адаптивной физической культуры с лицами, имеющими особенности интеллектуального развития: отставание в уровне физической подготовленности, координационных способностей, вызванные основным дефектом, сопутствующими заболеваниями, вторичными нарушениями. Личностно-ориентированный подбор средств, методов, организационных форм занятий, учет возрастных закономерностей развития. Назначение всех частных методик – формирование физической готовности детей к самостоятельной жизни за счет коррекции и компенсации имеющихся недостатков, развития и совершенствования сохраненных функций в

			процессе занятий физическими упражнениями. Двигательная сфера детей с нарушениями в развитии. Коррекционно-развивающая направленность педагогических воздействий - основа ЧМАФК. Основные педагогические принципы работы с детьми, имеющими нарушения в интеллектуальном развитии. Формы организации АФК.
8-9	2	Методика АФК детей с нарушением интеллектуального развития	Медико-физиологическая и психолого-педагогическая характеристика детей с умственной отсталостью. Понятие, причины и формы умственной отсталости. Особенности психического, физического развития и двигательных способностей детей. Особенности методики АФК с детьми, имеющими отклонения в интеллектуальном развитии. Основные и специфические задачи. Средства АФК. Методы и методические приемы, используемые в процессе занятий физическими упражнениями. Коррекция основных нарушений у детей с умственной отсталостью. Коррекционно-развивающие подвижные игры для детей с умственной отсталостью. Дополнительное физкультурно-спортивное образование детей и учащейся молодежи с легкой степенью умственной отсталости. Методика коррекционно-оздоровительных двигательных действий (КОДД). «Алфавит телодвижений».

## 2.2. Перечень лабораторных работ (при наличии), примерная тематика курсовых работ (при наличии)

### Семестр № 8

1. Понятие, причины и формы умственной отсталости. Особенности физического развития и двигательных способностей детей с умственной отсталостью.

2. Методы формирования знаний, обучения двигательным действиям и развития физических способностей у детей с отклонениями в интеллектуальном развитии. Основные педагогические принципы работы с детьми, имеющими нарушения в развитии.

3. Коррекция основных нарушений у детей с умственной отсталостью

(ходьба, бег, прыжки, лазание, метание). Коррекция и развитие мелкой моторики рук, расслабления, осанки, плоскостопия, дыхания и профилактика нарушений зрения у детей с умственной отсталостью.

Курсовые работы не предусмотрены.

### 3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

Самостоятельная работа осуществляется в объеме 189 часов. Видами СРС являются:

- Подготовка к лабораторным занятиям
- Изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы
- Работа со справочными материалами
- Выполнение индивидуальных домашних заданий
- Подготовка к зачету и экзамену

### 4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

(см. Фонд оценочных средств)

4.1. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по дисциплине (при необходимости).

### 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 5.1. Основная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год
1	2
1	Частные методики адаптивной физической культуры [Текст] : [учебное пособие] - 464с. : ил. - (Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья) под ред. Л.В.Шапковой. М.: Советский спорт, 2004.
2	Сапего, А.В. Частные методики адаптивной физической культуры : учебное пособие / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. Полковников ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. - 228 с. : ил. - Библиогр. в кн [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=278924">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=278924</a> (21.05.2016)
3	Вайнер, Эдуард Наумович. Лечебная физическая культура [Электронный ресурс] : учебник / Э. Н. Вайнер. - Москва : КноРус, 2016. - 346 с. - (Бакалавриат). - Библиогр.: с. 344-346. - Режим доступа: <a href="http://www.book.ru/book/921167">http://www.book.ru/book/921167</a> (дата обращения 08.03.2020). - Заглавие с титул. экрана. - Имеется печатный аналог. - Рек. ФГБОУ ВПО "Рос. гос. пед. ун-том им. А. И. Герцена". - ФГОС.

## 5.2. Дополнительная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год
1	2
1	Черкасова, И.В. Лечебная физическая культура в специальной медицинской группе вуза : учебно-методическое пособие / И.В. Черкасова, О.Г. Богданов. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 128 с. - Библиогр. в кн. [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=344711">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=344711</a> (дата обращения 21.05.2016).
2	Тарасова, О.Л. Комплексная реабилитация больных и инвалидов : курс лекций / О.Л. Тарасова, А.В. Сапего, И.А. Полковников ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. - 152 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1656-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=278526">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=278526</a> (24.05.2016).
3	Олигофренопедагогика [Текст] : учебник / под ред. Л. М. Шипицыной; [ (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат) 336 с. Л. М. Шипицына [и др.]. М. : Академия, 2011
4	Оздоровление и коррекция психофизического развития детей с нарушением интеллекта средствами адаптивной физической культуры [Текст] / - 104 с. Веневцев, С. И. А. А. Дмитриев., М.: Советский спорт, 2004.
5	Адаптивное физическое воспитание детей со сложными нарушениями развития [Текст] : учебное пособие -. - 224 с., Ростомашвили Л.Н., М.: Советский спорт, 2009

## 5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. BOOK.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://www.book.ru> (дата обращения: 15.04. 2018).
2. East View [Электронный ресурс]: [база данных]. - Доступ к полным текстам статей научных журналов из сети РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <https://dlib.eastview.com> (дата обращения: 15.04.2018).
3. Royal Society of Chemistry journals [Электронный ресурс] : [база данных]. – Доступ к полным текстам архива научных журналов 1841-2007 гг. из сети РГУ имени С.А. Есенина. Режим доступа: <http://pubs.rsc.org/en/Journals?key=Title&value=Current> (дата обращения: 15.04. 2018).
4. Труды преподавателей [Электронный ресурс]: коллекция // Электронная библиотека Научной библиотеки РГУ имени С. А. Есенина. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/> (дата обращения: 15.04.2018).
5. Университетская библиотека ONLINE [Электронный ресурс]: электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: [http://biblioclub.ru/index.php?page=main\\_ub\\_red](http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red) (дата обращения: 15.04.2018).
6. Электронная библиотека диссертаций [Электронный ресурс]: официальный сайт / Рос. гос. б-ка. - Москва : Рос. гос. б-ка, 2003 -. - Доступ к



- полным текстам из комплексного читального зала НБ РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <http://diss.rsl.ru> (дата обращения: 15.04.2018).
7. 9. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru> (дата обращения: 20.04.2018).
  8. 10. Лань [Электронный ресурс]: электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа <http://e.lanbook.com> (дата обращения: 20.04.2018).

5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <http://elibrarv.ru/defaultx.asp>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
2. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <https://cvberleninka.ru/?> свободный (дата обращения: 15.04.2018).
3. EqWorld. The World of Mathematical Equations [Электронный ресурс] : Международный научно-образовательный сайт. - Режим доступа: <http://eqworld.ipmnet.ru/indexr.htm>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
4. Prezentacva.ru [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим доступа: <http://prezentacva.ru>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
5. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс] : образовательный портал // Инфоурок. - Режим доступа: <https://infourok.ru/biblioteka>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] : федеральный портал. - Режим доступа: <http://window.edu.ru>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
7. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. - Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
8. Российская педагогическая энциклопедия [Электронный ресурс] : электронная энцикл. // Гумер — гуманитарные науки. - Режим доступа: <http://www.gumer.info/bibliotek/Buks/Pedagog/resspenc/mdexphp>, свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс] // Единое окно доступа к образовательным ресурсам. - Режим доступа: <http://fcior.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
10. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс] : образовательный портал // Инфоурок. – Режим доступа: <https://infourok.ru/biblioteka>, свободный (дата обращения: (дата обращения:). (дата обращения: 05.06.2017)
11. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов [Электронный ресурс] : федеральный портал. – Режим доступа: <http://school-collection.edu.ru>, свободный (дата обращения: 05.06.2017).

12. Официальный интернет-портал правовой информации [Электронный ресурс] : Государственная система правовой информации – Режим доступа: <http://pravo.gov.ru/index.html> (дата обращения: 05.06.2017).
13. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. – Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>, свободный (дата обращения: 28.12.2016).
14. Лица России [Электронный ресурс] // <http://www.rusnations.ru/etnos>
15. Энциклопедия народов мира [Электронный ресурс] // <http://www.etnolog.ru/>
16. UNESCO: Объекты наследия [Электронный ресурс] // <http://heritage.unesco.ru/index.php?id=30&L=9>
17. Всемирное наследие // Энциклопедия «Вокруг света» [Электронный ресурс] / <http://www.vokrugsveta.ru/encyclopedia/index>
18. Культура веры [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://religiocivilis.ru/>
19. Культура и культурология [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.artap.ru/cult/index.htm>
20. Библиотека по культурологии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.countries.ru/library.htm>
21. Культурология [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://lib.ru/CULTURE/>
22. Библиотека Гумер [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.gumer.info/bibliotek\\_Buks/Culture/INDEX\\_CULTUR.php](http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Culture/INDEX_CULTUR.php)
23. Единый образовательные портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://window.edu.ru/window/catalog?p\\_rid=3965](http://window.edu.ru/window/catalog?p_rid=3965)
24. «Книгафонд» – электронная библиотечная система [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.knigafund.ru/>
25. Журнал социологии и социальной антропологии URL <http://www.soc.pu.ru/publications/jssa/>. (дата обращения: 20.03.2016)
26. Мир России: социология, этнология URL:[http:// www.mirrossii.ru](http://www.mirrossii.ru). (дата обращения: 20.03.2016)

## 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Указываются требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий:

Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий: лекционные аудитории для проведения интерактивных лекций и лабораторных работ: видеопроектор, экран настенный, ноутбук.

## 7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий,

	словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. Уделить внимание следующим понятиям (перечисление понятий) и др.
Практические занятия	Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом (указать текст из источника и др.), прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме, решение расчетно-графических заданий, решений задач по алгоритму и др.
Контрольная работа/индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
Коллоквиум	Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
Подготовка к экзамену	При подготовке к экзамену (зачету) необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

## 8. ТРЕБОВАНИЯ К ПРОГРАММНОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА:

Название ПО	№ лицензии, договора
MS Windows Professional 7	60816218 договор №Tr000043844 от 22.09.15г.
Kaspersky Endpoint Security	договор №14/03/2018-0142 от 30/03/2018г.
LibreOffice	свободно распространяемая
7-zip	свободно распространяемая
Fast Stone ImageViewer	свободно распространяемая
PDF ридер FoxitReader	свободно распространяемая
VLC media player	свободно распространяемая
ImageBurn	свободно распространяемая
DjVu Browser Plug-in	свободно распространяемая

## 9. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ