

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 2020 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Частные методики адаптивной физической культуры

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 «Частные методики адаптивной физической культуры» 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 «Частные методики адаптивной физической культуры» Б1.О.25 относится к Обязательной части Блока 1.

2.2. Для изучения данной дисциплины необходимы следующие предшествующие дисциплины:

- Анатомия человека
- Биомеханика двигательных действий
- Общая патология и тератология
- Физическое воспитание школьников с ослабленным здоровьем

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

- Частная патология
- Врачебный контроль в адаптивной физической культуре
- Лечебная физическая культура
- Комплексная реабилитация больных и инвалидов
- Основы физической реабилитации

## 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), общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций:

| № п/п | Код и содержание компетенции  | Код и наименование индикатора достижения компетенции   | Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине<br>В результате изучения дисциплины обучающиеся должны  |  |   |
|-------|---|--|---|--|---|
|       |   |  | Знать   | Уметь  | Владеть   |
| 1.    | ОПК-2. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры | ОПК-2.1. Применяет основные понятия, знания, используемые в адаптивной физической культуре; для обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья | <p>1. Знать базовые концепции частных методик адаптивной физической культуры;</p> <p>2. Знать анатомо-физиологическую характеристику патологии сенсорных систем, интеллекта, опорно-двигательного аппарата,</p> <p>3. Знать классификацию нарушений по степени тяжести и времени получения дефекта.</p> | <p>1. Уметь проводить занятия различными видами адаптивной физической культуры: адаптивным физическим воспитанием,</p> <p>2. Уметь проводить занятия различными видами адаптивной физической культуры адаптивным спортом,</p> <p>3. Уметь проводить занятия различными видами адаптивной физической культуры адаптивной двигательной рекреацией, физической реабилитацией.</p> | <p>1. Владеть навыками физкультурно-оздоровительной, лечебно-восстановительной и спортивной работы с инвалидами разных нозологических групп в образовательных (коррекционных) школах и интернатах, домах ребенка,</p> <p>2. Владеть навыками физкультурно-оздоровительной, лечебно-восстановительной и спортивной работы с инвалидами разных нозологических групп в лечебных и реабилитационных центрах,</p> <p>3. Владеть навыками физкультурно-оздоровительной, лечебно-восстановительной и</p> |

|    |   |   |  |  |  |
|----|---|---|--|--|--|
|    |   |   |  |  | спортивной работы с инвалидами разных нозологических групп спортивных клубах и других организациях.  |
| 2. | ОПК-2. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры | ОПК-2.2. Осуществляет выбор средств и методов адаптивной физической культуры для рационального применения у лиц с отклонениями в состоянии здоровья | 1 знать методику проведения занятий для лиц с отклонениями в состоянии здоровья 2 знать методику проведения занятий для лиц с различными видами инвалидности по восстановлению у них нарушенных функций 3 знать методику проведения занятий для лиц с различными видами инвалидности по восстановлению у них временно утраченных функций . | 1 уметь проводить комплекс мероприятий по предупреждению возникновения заболеваний, обусловленных основной причиной, ограничивающей возможности здоровья человека; 2 уметь проводить комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования заболеваний, обусловленных основной причиной, ограничивающей возможности здоровья человека; 3 уметь подбирать и самостоятельно проводить подвижные игры коррекционной направленности. | 1 владеть методиками организации и построения занятий в различных видах и формах АФК: адаптивном физическом воспитании, 2 владеть методиками организации и построения занятий в различных видах и формах АФК: адаптивной физической рекреации, 3 владеть методиками организации и построения занятий в различных видах и формах АФК: коррекционных занятиях (для ослабленных детей), спортивных секциях. |
| 3. | ОПК-2. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на   | ОПК-2.3. Способен рационально применять методики с учетом особенностей занимающихся при воздействии на телесность в                                 | 1 знать особенности двигательных и психических нарушений в разных нозологических группах инвалидов; 2 знать типичные и специфические нарушения физического развития лиц с  | 1 уметь способствовать восстановлению нарушенных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности лиц с отклонениями в состоянии   | 1 владеть методиками по осуществлению коррекции и компенсации вторичных нарушений в двигательной сфере, соматическом развитии, 2 владеть методиками по осуществлению   |

|  |  |   |   |   |   |
|--|--|---|---|---|---|
|  | <p>телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры</p>   | <p>соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры</p>   | <p>отклонениями в состоянии здоровья,<br/>3 знать типичные и специфические нарушения двигательных и координационных способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</p>   | <p>здоровья с использованием средств и методов адаптивной физической культуры.<br/>2 уметь способствовать восстановлению временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием средств и методов адаптивной физической культуры.<br/>3 уметь способствовать адаптации инвалидов к временно утраченным функциям средствами адаптивной физической культуры.</p> | <p>коррекции и компенсации вторичных нарушений физических и координационных способностях,<br/>3 владеть методиками по осуществлению коррекции и компенсации вторичных нарушений в сенсорных системах, вегетативных функциях.</p>  |
|  | <p>ОПК-3. Способен обосновывать выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием специальных знаний и способов их применения в специальных медицинских группах в</p> | <p>ОПК-3.1. Анализирует выбор методов и методических приемов обучения, используемых в адаптивной физической культуре с учетом принадлежности к медицинской группе здоровья.</p> | <p>- эффективные методы занятий ФК для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в организациях дошкольного образования;<br/>- эффективные методы занятий ФК для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в организациях общего образования;<br/>- эффективные методы занятий ФК для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в организациях среднего</p> | <p>- умеет использовать эффективные методы занятий ФК для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в организациях дошкольного образования;<br/>- умеет использовать эффективные методы занятий ФК для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в организациях общего образования;<br/>- умеет использовать эффективные методы</p>   | <p>- владеет способностью анализировать результаты применения методов и методических приемов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья в организациях дошкольного образования;<br/>- владеет способностью анализировать результаты применения методов и методических приемов обучения лиц с отклонениями в состоянии</p> |

|  |  |  |                                |   |  |
|--|--|--|--------------------------------|---|--|
|  | организациях общего и среднего профессионального образования |  | профессионального образования; | занятий ФК для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в организациях среднего профессионального образования; | здоровья в организациях общего образования;<br>- владеет способностью анализировать результаты применения методов и методических приемов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья в организациях среднего профессионального образования; |
|--|--|--|--------------------------------|---|--|

## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### 1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

| Вид учебной работы   | Всего часов | Семестр № 6 | Семестр № 7 | Семестр № 8 |
|--|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего) | <b>38</b>   | 16          | 12          | 10          |
| В том числе:   |             |             |             |             |
| Лекции (Л)   | <b>12</b>   | 4           | 4           | 4           |
| Практические занятия (ПЗ), семинары (С)  |             |             |             |             |
| Лабораторные работы (ЛР)   | <b>24</b>   | 12          | 8           | 6           |
| Иные виды занятий  |             |             |             |             |
| 2. Самостоятельная работа студента (всего)   | <b>269</b>  | 16          | 92          | 161         |
| 3. Курсовая работа   | КП          |             |             |             |
|  | КР          |             |             |             |
| Вид промежуточной аттестации   | зачет (З)   | <b>3</b>    | 3           | 3           |
|  | экзамен (Э) | <b>Э</b>    |             | Э           |
| ИТОГО: общая трудоемкость  | часов       | <b>324</b>  | 36          | 108         |
|  | зач. ед.    | <b>9</b>    | 1           | 3           |

### 2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 2.1. Содержание разделов дисциплины

| № семестра | № раздела | Наименование раздела дисциплины   | Содержание раздела в дидактических единицах   |
|------------|-----------|---|---|
| <b>6</b>   | 1         | Общие основы и базовые концепции частных методик адаптивной физической культуры | <p>Частные методики – ведущая дисциплина практической и теоретической подготовки студента к профессионально-педагогической деятельности с детьми-инвалидами. Связь с учебно-ознакомительной практикой и научно-исследовательской работой.</p> <p>Классификация и терминология; цели и задачи различных методик применения физических упражнений инвалидов различных категорий; оздоровительная тренировка как основная форма организации занятий с инвалидами.</p> <p>Оздоровительная тренировка как основная форма организации занятий с инвалидами.</p> <p>Задачи оздоровительных тренировок: развитие и поддержание двигательных качеств, подготовка к переходу на новый уровень функционирования, восстановление нормального уровня</p> |

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
|   |   |  | <p>функционирования организма, его отдельных систем и органов. Основные требования к занятиям оздоровительными физическими упражнениями: непрерывность, комплексность, адекватность. Требования к структуре, содержанию и нормированию нагрузок на занятиях. Формы оздоровительных физических упражнений: развивающие, подготовительно-стимулирующие, восстановительные.</p> <p>Базовые предпосылки построения частных методик адаптивной физической культуры: особенности физического, психического, 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 разных нозологических групп к самостоятельной жизни за счет коррекции и компенсации имеющихся недостатков, развития и совершенствования сохраненных функций в процессе занятий физическими упражнениями.</p> <p>Медико-физиологические и психологические предпосылки построения частных методик АФК. Двигательная сфера детей с нарушениями в развитии. Коррекционно-развивающая направленность педагогических воздействий - основа ЧМАФК. Основные педагогические принципы работы с детьми, имеющими нарушения в развитии. Формы организации АФК с детьми.</p> |
| 7 | 2 | Методика АФК детей с нарушением зрения | <p>Характеристика детей с нарушением зрения. Характеристика зрительной функции. Зрительные дисфункции у детей школьного возраста. Особенности психического развития детей с нарушением зрения. Особенности физического развития и двигательных нарушений. Задачи и средства АФ воспитания. Коррекционная направленность АФВ. Методы и методические приемы обучения, коррекции и развития. Использование и развитие сохраненных анализаторов. Особенности регулирования психофизической нагрузки.</p>  |



|   |   |  |  |
|---|---|--|--|
|   |   |  | Показания и противопоказания к физическим нагрузкам. Особенности общения и регуляции психоэмоционального состояния. Методика и организация подвижных игр с детьми с нарушением зрения. Методика обучения плаванию младших школьников с нарушением зрения. Коррекция и профилактика нарушений зрения.   |
| 7 | 3 | Методика АФК детей с нарушением слуха          | Анатомо-физиологическая характеристика нарушений слуха. Причины стойких нарушений слуха, патология слуха. Взаимосвязь слухового и вестибулярного анализаторов. Характеристика детей с нарушением слуха. Особенности психофизического развития и двигательных способностей глухих детей дошкольного и школьного возраста. Методика занятий физическими упражнениями с детьми, имеющими нарушения слуха. Методика коррекции двигательных нарушений глухих детей дошкольного возраста. Методика начального обучения плаванию слабослышащих детей младшего школьного возраста. Методика активизации познавательной деятельности глухих детей. Роль компенсаторных механизмов в развитии глухих детей.  |
| 7 | 4 | Методика АФК детей с умственной отсталостью    | 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». |
| 8 | 5 | Методика АФК при детском церебральном параличе | Понятие о ДЦП: эпидемиология, классификация, этиология. Сопутствующие  |

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
|   |   |  | заболевания и вторичные нарушения. Речевые и психические отклонения. Двигательные нарушения. Двигательная реабилитация детей с ДЦП. Адаптивное физическое воспитание в дошкольном и школьном возрасте. Нетрадиционные формы занятий. Оценка эффективности занятий АФК при ДЦП.  |
| 8 | 6 | Реабилитация детей с поражением спинного мозга                               | Характеристика патологии. Понятие о вертебральных миелопатиях. Сочетанная травма позвоночника и спинного мозга. Травматическая болезнь спинного мозга. Основные проявления миелопатии. Вторичные нарушения при миелопатии. Оценка неврологического и адаптационного статуса. Методы двигательной реабилитации. Развитие методов двигательной реабилитации. Традиционные методы. Дополнительные технические методы. Методы тренировки спинальной локомоторной активности. Спинальная локомоторная активность как основа восстановления локомоторных возможностей при спастических плегиях. Этапы двигательной реабилитации. Поддержание вертикальной позы. |
| 8 | 7 | Методика АФК при врожденных аномалиях развития и после ампутации конечностей | Анатомо-функциональные особенности культей конечностей у детей. Врожденные пороки развития конечностей. Возрастные изменения культей. Современные принципы протезирования детей. Методика АФК детей различного возраста. Методические особенности проведения подвижных и спортивных игр с детьми различного возраста. Методические особенности занятий на тренажерах с детьми среднего и старшего школьного возраста. Методические особенности занятий плаванием с детьми школьного возраста.   |
| 8 | 8 | Методика АФК с женщинами-инвалидами и пожилыми инвалидами                    | Особенности физиологии женского организма. Обусловленность роста и развития полом (половой деморфизм). Учет особенностей женского организма при нормировании физических нагрузок и организации занятий АФК. Физиология процесса старения. Возрастные изменения в органах и тканях, функционировании основных систем. Основная форма занятий - оздоровительная тренировка. Врачебный контроль и самоконтроль во время занятий. Формы физкультурно-оздоровительных занятий:   |

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
|   |   |   | утренняя гимнастика, ходьба, бег, спортивные тренировки, туристские походы, охота, рыбная ловля.<br>Нормирование интенсивности физических нагрузок. Основные требования к занятиям с пожилыми инвалидами – достижение тренировочного эффекта и профилактика переутомлений и перенапряжений.<br>Методика АФК при соматических заболеваниях и комбинированных поражениях   |
| 8 | 9 | Особенности работы с родителями детей-инвалидов | Характеристика семьи, воспитывающей ребенка-инвалида. Особенности семейного воспитания детей с ограниченными возможностями. Методы и формы работы с родителями детей с ограниченными возможностями. Роль матери в семье, воспитывающей ребенка с нарушениями в развитии. Участие семьи в развитии двигательной активности детей с нарушениями в развитии. Обучение родителей формам и методам двигательной активности и оздоровления ребенка-инвалида. |

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

Лабораторные работы не предусмотрены

Курсовые работы не предусмотрены

### 3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

Самостоятельная работа осуществляется в объеме 269 часов. Видами СРС являются:

Подготовка к практическим 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     | 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).   |
| 2     | Фокина, И.В. Гимнастические упражнения в системе реабилитации лиц с ограниченными возможностями : электронное учебно-методическое пособие / И.В. Фокина ; Кафедра теоретических основ физической культуры, Министерство образования и науки РФ, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. - 110 с. : схем., табл. - Библиогр. в кн. [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=437465">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=437465</a> (21.05.2016) |
| 3     | 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.   |

### 5.2. Дополнительная литература

| № п/п | Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год   |
|-------|--|
| 1     | 2  |
| 1     | Адаптивная физическая культура [Текст] : краткий словарь терминов 200 с авт.-сост. В. М. Ериков, А. А. Никулин РГУ им. С. А. Есенина. - Рязань : РГУ, 2015.  |
| 2     | Сапего, А.В. Физическая реабилитация : 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», Кафедра медико-биологических основ физического воспитания и спортивных дисциплин. - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. - 210 с. - Библиогр. в кн. - [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=278925">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=278925</a> (21.05.2016). |
| 3     | 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).                                 |
| 4     | Баранов, В.В. Физкультурная реабилитация студентов с функциональными нарушениями опорно - двигательного аппарата : учебно-методическое пособие / В.В. Баранов ; учредители: Министерство образования и науки Российской Федерации ;  |

|    |  |
|----|--|
|    | Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Оренбургский государственный университет». - Оренбург : ОГУ, 2014. - 160 с. : ил. - Библиогр.: с. 111-113. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=330479">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=330479</a> (24.05.2016).  |
| 5  | Жданкина, Е.Ф. Реабилитация студентов с заболеваниями опорно-двигательного аппарата в техническом вузе / Е.Ф. Жданкина ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина ; науч. ред. С.В. Новаковский. - Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2014. - 273 с. : ил. - Библиогр. в кн. [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=276063">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=276063</a> (21.05.2016) |
| 6  | Адаптивная физическая культура [Текст] / изд. : Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, Институт специальной педагогики и психологии, Специальный олимпийский комитет Санкт-Петербурга. – 2007 - . – Санкт-Петербург, 2016 - . – Ежекварт. – ISSN 1998-149X. 6 сем,  |
| 7  | Адаптивная физическая культура в геронтологии [Текст] : учебное пособие. - 164 с. : ил. - Рек. УМО. О. Э. Евсеева, Е. Б. Ладыгина, А. В. Антонова. - М. : Советский спорт, 2010.   |
| 8  | Олигофренопедагогика [Текст] : учебник / под ред. Л. М. Шипицыной; [ (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат) 336 с. Л. М. Шипицына [и др.]. М. : Академия, 2011..   |
| 9  | Игры для слепых и слабовидящих [Текст] : учебное пособие /. - 136с. (Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья Маллаев, Д.М. М.: Советский спорт, 2002   |
| 10 | Теория и организация адаптивной физической культуры: в 2 т. [Текст] : учебник. Т. 2 : Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов - 448 с. : ил. - Доп. Фед. агенством по физ. культуре и спорту под общ.ред. С.П.Евсеева М.: Советский спорт, 2007  |
| 11 | Адаптивная физическая культура и реабилитация слепых и слабовидящих [Текст]. - 108 с. Толмачев, Р. А. М.: Советский спорт, 2004  |
| 12 | 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.   |
| 13 | Оздоровительная гимнастика: теория и методика [Текст] : 2-е изд., перераб. и доп. - - 432 с. : ил. - Библиогр.: с. 381-387. - Рек. УМО Менхин, Юрий Владимирович А. В. Менхин. М. : Физкультура и спорт, 2009.   |
| 14 | Адаптивное физическое воспитание детей со сложными нарушениями развития [Текст] : учебное пособие -. - 224 с. Ростомашвили Л.Н М.: Советский спорт, 2009 .   |
| 15 | Физическая реабилитация детей с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата [Текст] 222с. : ил. - (Физ.культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья). - М. : Советский спорт, 2000   |

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

1. ВООК.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.coni> (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-onJine.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 «Частные методики адаптивной физической культуры»

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](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).

#### 5.5. Периодические издания

1. Адаптивная физическая культура [Текст] / изд. : Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, Институт специальной педагогики и психологии, Специальный олимпийский комитет Санкт-Петербурга. – 2007 - . – Санкт-Петербург, 2016 - . – Ежекварт. – ISSN 1998-149X.
2. Высшее образование сегодня [Текст] : ежемесячный журнал. – 2001 - . – Москва: Логос, 2016 - . – Ежемес. – ISSN 1726-667X.
3. Педагогика [Текст] : научно-теоретический журнал Российской академии образования / учредители : трудовой коллектив редакции Российской академии образования. – 1937, июль - . – Москва : Педагогика, 2016 - . – 10 раз в год. – ISSN 0869-561X.
4. Спорт в школе [Текст] : методический журнал для учителей физкультуры и тренеров / учредитель : ООО «Издательский дом «Первое сентября». – 1995 - . – Москва : Первое сентября, 2016 - . – Ежемес.
5. Теория и практика физической культуры [Текст] : ежемесячный научно-теоретический журнал / изд. : Научно-издательский центр «Теория и практика физической культуры». – 1925 - . – Москва, 2016 - . – Ежемес. – ISSN 0040-3601.
6. Физическая культура в школе [Текст] : научно-методический журнал / [учредитель : Министерство просвещения РСФСР]. – 1958, январь - . – Москва : Школьная Пресса, 2016 - . – 8 раз в год. – ISSN 0130-5581.
7. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка [Текст] : научно-методический журнал / учредитель : [Российская Академия Образования Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)]. – 1996 - . – Москва, 2016 - . – 6 раз в год. – ISSN 1817-4779.
8. Физкультура и спорт [Текст] : ежемесячный иллюстрированный журнал / учредитель : ЗАО «Редакция журнала «Физкультура и спорт». – 1922, май - . – Москва, 2016 - . – Ежемес.
9. Научный журнал РАН - <https://biochemistrymoscow.com>

## 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; пометить 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. |
| Практикум/лабораторная работа             | Методические указания по выполнению лабораторных работ <i>(можно указать название брошюры и где находится)</i> и др.   |
| Контрольная работа/индивидуальное задание | 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                           |
|--|--------------------------------------|
| Операционная система WindowsPro            | Договор №65/2019 от 02.10.2019       |
| Антивирус Kaspersky Endpoint Security      | Договор № 14-ЗК-2020 от 06.07.2020г. |
| Офисное приложение Libre Office            | Свободно распространяемое ПО         |
| Архиватор 7-zip                            | Свободно распространяемое ПО         |
| Браузер изображений Fast Stone ImageViewer | Свободно распространяемое ПО         |



|                                     |                              |
|-------------------------------------|------------------------------|
| PDF ридер Foxit Reader              | Свободно распространяемое ПО |
| Медиа проигрыватель VLC mediaplayer | Свободно распространяемое ПО |
| Запись дисков Image Burn            | Свободно распространяемое ПО |
| DJVU браузер DjVuBrowser Plug-in    | Свободно распространяемое ПО |

При реализации дисциплины с применением (частичным применением) дистанционных образовательных технологий используются: вебинарная платформа Zoom (договор б/н от 10.10.2020г.)

## 9. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ

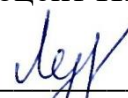
*В этом разделе могут быть представлены планы практических и семинарских занятий с указанием основной и дополнительной литературы; методические указания по проведению лабораторных работ и др.*

**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  
доцент П.В. Левин



«30» августа 2020 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)  
«Частные методики адаптивной физической культуры»**

Направление подготовки

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии  
здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль)

Адаптивное физическое воспитание

Квалификация

бакалавр

Форма обучения

заочная

**1. Цель освоения дисциплины** – 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**

Дисциплина относится к обязательной части Блока 1.

Дисциплина изучается на 3 курсе (6 семестр), на 4 курсе (7, 8 семестры).

**3. Трудоемкость дисциплины:** 9 зачетных единиц, 324 академических часа.

**4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы и индикаторами достижения компетенций:**

**ОПК-2.1. Знать:** базовые концепции частных методик адаптивной физической культуры; анатомо-физиологическую характеристику патологии сенсорных систем, интеллекта, опорно-двигательного аппарата; классификацию нарушений по степени тяжести и времени получения дефекта. **Уметь:** проводить занятия различными видами адаптивной физической культуры, адаптивным физическим воспитанием, адаптивным спортом, адаптивной двигательной рекреацией, физической реабилитацией. **Владеть навыками:** физкультурно-оздоровительной, лечебно-восстановительной и спортивной работы с инвалидами разных нозологических групп в образовательных (коррекционных) школах и интернатах, домах ребенка, лечебных и реабилитационных центрах, спортивных клубах и других организациях.

**ОПК-2.2. Знать:** методику проведения занятий для лиц с отклонениями в состоянии здоровья; методику проведения занятий для лиц с различными видами инвалидности по восстановлению у них нарушенных функций; методику проведения занятий для лиц с различными видами инвалидности по восстановлению у них временно утраченных функций. **Уметь:** проводить комплекс мероприятий по предупреждению возникновения заболеваний, обусловленных основной причиной, ограничивающей возможности здоровья человека; проводить комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования заболеваний, обусловленных основной причиной, ограничивающей возможности здоровья человека; подбирать и самостоятельно проводить подвижные игры коррекционной направленности. **Владеть:** методиками организации и построения занятий в различных видах и формах АФК: адаптивном физическом воспитании, методиками организации и построения занятий в различных видах и формах АФК: адаптивной физической рекреации, методиками организации и построения занятий в различных видах и

формах АФК: коррекционных занятиях (для ослабленных детей), спортивных секциях.

**ОПК-2.3.** *Знать:* особенности двигательных и психических нарушений в разных нозологических группах инвалидов; типичные и специфические нарушения физического развития лиц с отклонениями в состоянии здоровья, типичные и специфические нарушения двигательных и координационных способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья. *Уметь:* способствовать восстановлению нарушенных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием средств и методов адаптивной физической культуры; способствовать восстановлению временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием средств и методов адаптивной физической культуры; способствовать адаптации инвалидов к временно утраченным функциям средствами адаптивной физической культуры. *Владеть:* методиками по осуществлению коррекции и компенсации вторичных нарушений в двигательной сфере, соматическом развитии; методиками по осуществлению коррекции и компенсации вторичных нарушений физических и координационных способностях; методиками по осуществлению коррекции и компенсации вторичных нарушений в сенсорных системах, вегетативных функциях.

**ОПК-3.1.** *Знать:* эффективные методы занятий ФК для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в организациях дошкольного образования; эффективные методы занятий ФК для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в организациях общего образования; эффективные методы занятий ФК для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в организациях среднего профессионального образования. *Уметь:* использовать эффективные методы занятий ФК для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в организациях дошкольного образования; использовать эффективные методы занятий ФК для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в организациях общего образования; использовать эффективные методы занятий ФК для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в организациях среднего профессионального образования. *Владеть:* способностью анализировать результаты применения методов и методических приемов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья в организациях дошкольного образования; способностью анализировать результаты применения методов и методических приемов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья в организациях общего образования; способностью анализировать результаты применения методов и методических приемов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья в организациях среднего профессионального образования.

**5. Форма промежуточной аттестации и семестр (ы) прохождения**  
Зачет (3 курс 6 семестр, 4 курс 7 семестр), экзамен (4 курс 8 семестр).

Дисциплина реализуется частично с применением дистанционных образовательных технологий.