

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Борисова Виктория Валерьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 02.07.2025 15:25:14
Уникальный программный ключ:
8d665791f4049370b679b22cf26583a2f741522e

**Негосударственное образовательное частное учреждение высшего образования
«МЕЖДУНАРОДНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ИННОВАЦИЙ»**

СВЕРЖДАЮ:
Ректор НОЧ ВПО «МУППИ»
В.В. Борисова
подпись
«11» апреля 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Теория и организация адаптивной физической культуры

направление подготовки

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Профиль подготовки:

**Психолого-педагогическое образование в области физической
культуры и спорта**

Б1.В.06

Квалификация (степень) выпускника – *бакалавр*

Форма обучения

заочная

Москва 2024 г.

1. Перечень планируемых результатов изучения дисциплины, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В рамках освоения основной профессиональной образовательной программы бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине «Теория и организация адаптивной физической культуры»:

Код и наименование компетенций	Индикаторы достижения компетенции
ПК-2. Способен применять технологии физического воспитания и осуществлять психолого-педагогическую диагностику результатов обучения и личностного развития детей и обучающихся, в том числе детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья	ИПК 2.1. Знает: технологии физического воспитания и условия организационно-методического сопровождения процесса физического развития обучающихся в сотрудничестве с другими специалистами. ИПК 2.2. Умеет: разрабатывать и реализовывать совместно со специалистами индивидуальные образовательные маршруты с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося. ИПК 2.3. Владеет: технологиями физического развития детей и психолого-педагогической диагностикой результатов обучения и личностного развития детей и обучающихся, в том числе детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
ПК-4 Способен реализовывать индивидуально-личностные образовательные маршруты детей и обучающихся, в том числе с ограниченными возможностями здоровья	ИПК 4.1. Знает: специфику физического образования и особенностей организации работы с детьми разного возраста по индивидуально-личностным образовательным маршрутам детей и обучающихся, в том числе с ограниченными возможностями здоровья ИПК 4.2. Умеет: разрабатывать и реализовывать совместно со специалистами индивидуальные образовательные маршруты с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Учебная дисциплина Б1.В.06 «Теория и организация адаптивной физической культуры» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений цикла Б.1 «Дисциплины (модули)».

3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость (объем) дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры» составляет 3 зачетные единицы.

Объём дисциплины по видам учебных занятий (в часах) – заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры	
		8	-
Аудиторные занятия (всего)	16	16	-
В том числе:	-	-	-

Лекции	6	6	-
Практические занятия (ПЗ)	10	10	-
Семинары (С)	-	-	-
Лабораторные работы (ЛР)	-	-	-
Самостоятельная работа (всего)	83	83	-
В том числе:	-	-	-
Курсовой проект (работа)	-	-	-
Расчетно-графические работы	-	-	-
Реферат	10	10	-
Подготовка к практическим занятиям	63	63	-
Тестирование	10	10	-
Вид промежуточной аттестации – экзамен	9	9	-
Общая трудоемкость час / зач. ед.	108/3	108/3	-

4. Содержание дисциплины

4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий

Заочная форма обучения

№ п/п	Раздел/тема Дисциплины	Общая трудоем Всего	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся, час		
			Контактная работа		Самостоятель- ная работа обучающихся
			лекции	практические занятия	
1.	Тема 1. Предмет, цель, задачи адаптивной физической культуры.	31	2	2	27
2.	Тема 2. Теория адаптивной физической культуры.	35	2	4	29
3.	Тема 3. Организация адаптивной физической культуры	33	2	4	27
Всего		99	6	10	83
экзамен		9	-	-	-
Итого		108	6	10	83

4.2. Содержание разделов дисциплины

Тема 1. Предмет, цель, задачи адаптивной физической культуры.

Понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура»; «образ жизни», «здоровый образ жизни», «естественные факторы внешней среды»; «аксиологические концепции жизни человека инвалида» -сходство и различия; «реабилитация», «социализация», «социальная интеграция» и др. Предмет, цель, задачи, содержание адаптивной физической культуры. Коррекционные, компенсаторные, профилактические задачи - главная группа задач в адаптивной физической культуре. Оздоровительные, образовательные, воспитательные задачи - традиционные задачи физической культуры, их адаптация к проблемам лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Роль и место адаптивной физической культуры в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.

Тема 2. Теория адаптивной физической культуры.

Отличия адаптивной физической культуры (АФК) от физической культуры, медицины, коррекционной педагогики, валеологии, гигиены и др. отраслей знания и практической деятельности; связь АФК с другими областями научных знаний. Формирование правового и информационного пространства адаптивной физической культуры в Российской Федерации как важнейшее условие обеспечения интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья в общество (предоставление гарантий и возможностей инвалидам, подготовка общества к принятию инвалидов как равноправных членов общества, обладающих самооценностью).

Тема 3. Организация адаптивной физической культуры

Основной социальный закон функционирования и развития физической культуры (в том числе адаптивной) – её обусловленность экономическими, социально-политическим строем общества. Принципы, вытекающие изданного закона, - прикладность, всесторонность и оздоровительная направленность. Важнейшие дополнительные принципы, вытекающие изданного закона для адаптивной физической культуры, - социализирующе-реабилитационный характер, коррекционная, компенсаторная, профилактическая направленность. Становление отдельных видов адаптивной физической культуры у инвалидов различных нозологических групп.

4.3. Практические занятия / лабораторные занятия

Занятие 1. Предмет, цель, задачи адаптивной физической культуры.

Занятие 2. Теория адаптивной физической культуры.

Занятие 3. Организация адаптивной физической культуры

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1. Основная литература

1.Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник : [12+] / С. П. Евсеев. – Москва : Спорт, 2016. – 616 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454238> – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906839-42-8. – Текст : электронный.

2.Ростомашвили, Л. Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития : учебное пособие : [16+] / Л. Н. Ростомашвили. – 2-е изд., стер. – Москва : Спорт, 2020. – 164 с. : схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695535>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-907225-11-4. – Текст : электронный.

3. Здоровцева, Н. А. История адаптивной физической культуры : учебное пособие : [16+] / Н. А. Здоровцева, М. В. Малышева, В. В. Гриднева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2024. – 138 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=722513> . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-91930-259-3. – Текст : электронный.

3.Харченко, Л. В. Основы статистического анализа в адаптивной физической культуре : учебное пособие : [16+] / Л. В. Харченко, Т. Г. Воробьева, Е. Ф. Шамшуалеева. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2020. – 60 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=614066> – Библиогр.: с. 50-51. – ISBN 978-5-7779-2452-0. – Текст : электронный.

5.2. Дополнительная литература

1. Частные методики адаптивной физической культуры : учебное пособие : в 2 частях : [16+] / сост. Е. С. Стоцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – Часть 2. Частные методики адаптивной физической культуры у детей с поражением опорно-двигательного аппарата, детей со сложными нарушениями, лиц пожилого возраста. – 245 с. : схем., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690229> – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-91930-151-6. – Текст : электронный.

2. Харченко, Л. В. Адаптивная физическая культура для лиц с нарушением интеллектуального развития : учебное пособие : [16+] / Л. В. Харченко, Т. В. Синельникова ; Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского (ОмГУ), 2018. – 120 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7779-2254-0. – Текст : электронный.

3. Манжелей, И. В. Инновации в физическом воспитании : учебное пособие : [16+] / И. В. Манжелей. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 146 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426945> (дата обращения: 11.06.2025). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-5264-0. – DOI 10.23681/426945. – Текст : электронный.

5.3. Лицензионное программное обеспечение

1. Microsoft Windows 10 Pro
2. Microsoft Office 2007

5.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Компьютерные информационно-правовые системы «Консультант» <http://www.consultant.ru/>, «Гарант» <http://www.garant.ru/>
2. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <https://biblioclub.ru/index.php/>
3. Научная электронная библиотека <http://www.elibrary.ru/>
4. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» <https://cyberleninka.ru/>
5. Университетская информационная система Россия <https://uisrussia.msu.ru/>
7. Единое окно доступа к образовательным ресурсам Федеральный портал <http://window.edu.ru/>
8. Сайт правовой компании «Новацио» с каталогом статей <https://novacio.ru/>
9. Официальный сайт Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации <http://duma.gov.ru/>
10. Электронно-библиотечная система «Лань» <https://e.lanbook.com/>

6. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Лекционная аудитория, аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, оснащенная комплектом мебели для учебного процесса, учебной доской, персональным компьютером, плазменной панелью.

2. Аудитория для проведения практических и семинарских занятий, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная комплектом мебели для учебного процесса, учебной доской, персональным компьютером, плазменной панелью.

3. Аудитория для самостоятельной работы студентов, оснащенная комплектом мебели для учебного процесса, учебной доской, персональными компьютерами с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом к электронной информационно-образовательной среде Университета.

7. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

7.1. Методические рекомендации преподавателю

Данный раздел настоящей рабочей программы предназначен для начинающих преподавателей и специалистов-практиков, не имеющих опыта преподавательской работы.

Дисциплина «Теория и организация адаптивной физической культуры» формирует у обучающихся компетенцию ПК-2. В условиях конструирования образовательных систем на принципах компетентного подхода произошло концептуальное изменение роли преподавателя, который, наряду с традиционной ролью носителя знаний, выполняет функцию организатора научно-поисковой работы обучающегося, консультанта в процедурах выбора, обработки и интерпретации информации, необходимой для практического действия и дальнейшего развития, что должно обязательно учитываться при проведении лекционных и практических занятий по дисциплине «Теория и организация адаптивной физической культуры».

Преподавание теоретического (лекционного) материала по дисциплине «Теория и организация адаптивной физической культуры» осуществляется на основе междисциплинарной интеграции и четких междисциплинарных связей в рамках образовательной программы и учебного плана по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование.

Подробное содержание отдельных разделов дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры» рассматривается в п.4.2 рабочей программы.

Методика определения итогового семестрового рейтинга обучающегося по дисциплине «Теория и организация адаптивной физической культуры» представлена в составе ФОС по дисциплине в п.8 настоящей рабочей программы.

Примерный перечень заданий для практических занятий, тестовых заданий, тем рефератов и докладов и вопросов к зачету по дисциплине представлены в составе ФОС по дисциплине в п.8 настоящей рабочей программы.

Перечень основной и дополнительной литературы и нормативных документов, необходимых в ходе преподавания дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры», приведен в п.5 настоящей рабочей программы. Преподавателю следует ориентировать обучающихся на использование при подготовке к промежуточной аттестации оригинальной версии нормативных документов, действующих в настоящее время.

7.2. Методические указания обучающимся

Получение углубленных знаний по дисциплине достигается за счет активной самостоятельной работы обучающихся. Выделяемые часы целесообразно использовать для знакомства с учебной и научной литературой по проблемам дисциплины, анализа научных концепций.

В рамках дисциплины предусмотрены различные формы контроля уровня достижения обучающимися заявленных индикаторов освоения компетенций. Форма текущего контроля – активная работа на практических занятиях, тестирование. Формой промежуточного контроля по данной дисциплине является зачет, в ходе которого оценивается уровень достижения обучающимися заявленных индикаторов освоения компетенций.

Методические указания по освоению дисциплины.

Лекционные занятия проводятся в соответствии с содержанием настоящей рабочей программы и представляют собой изложение теоретических основ дисциплины.

Посещение лекционных занятий является обязательным.

Конспектирование лекционного материала допускается как письменным, так и компьютерным способом.

Регулярное повторение материала конспектов лекций по каждому разделу в рамках подготовки к текущим формам аттестации по дисциплине является одним из важнейших видов самостоятельной работы студента в течение семестра, необходимой для качественной подготовки к промежуточной аттестации по дисциплине.

Проведение практических занятий по дисциплине «Теория и организация адаптивной физической культуры» осуществляется в следующих формах:

- анализ правовой базы;
- опрос по материалам, рассмотренным на лекциях и изученным самостоятельно по рекомендованной литературе;
- анализ и обсуждение практических ситуаций по темам.

Посещение практических занятий и активное участие в них является обязательным.

Подготовка к практическим занятиям обязательно включает в себя изучение конспектов лекционного материала и рекомендованной литературы для адекватного понимания условия и способа решения заданий, запланированных преподавателем на конкретное практическое занятие.

Методические указания по выполнению различных форм внеаудиторной самостоятельной работы

Изучение основной и дополнительной литературы, а также нормативно-правовых документов по дисциплине проводится на регулярной основе в разрезе каждого раздела в соответствии с приведенными в п.7 рабочей программы рекомендациями для подготовки к промежуточной аттестации по дисциплине «Теория и организация адаптивной физической культуры». Список основной и дополнительной литературы и обязательных к изучению нормативно-правовых документов по дисциплине приведен в п.5 настоящей рабочей программы. Следует отдавать предпочтение изучению нормативных документов по соответствующим разделам дисциплины по сравнению с их адаптированной интерпретацией в учебной литературе.

Методические указания по подготовке к промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация по дисциплине «Теория и организация адаптивной физической культуры» проходит в форме зачета. Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине «Теория и организация адаптивной физической культуры» и критерии оценки ответа обучающегося на зачете для целей оценки достижения заявленных индикаторов сформированности компетенции приведены в составе ФОС по дисциплине в п.8 настоящей рабочей программы.

Обучающийся допускается к промежуточной аттестации по дисциплине независимо от результатов текущего контроля.

8. Фонд оценочных средств по дисциплине

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины. Формы контроля формирования компетенций

Код и наименование компетенций	Индикаторы достижения компетенции	Форма контроля	Этапы формирования (разделы дисциплины)
ПК-2. Способен применять технологии физического воспитания и осуществлять психолого-педагогическую диагностику результатов обучения и личностного развития	ИПК 2.1. Знает: технологии физического воспитания и условия организационно-методического сопровождения процесса физического развития обучающихся в сотрудничестве с другими специалистами. ИПК 2.2. Умеет: разрабатывать и реализовывать совместно со специалистами индивидуальные образовательные маршруты с учетом особенностей и	Промежуточный контроль: экзамен Текущий контроль: опрос на практических занятиях, тестирование, реферат	Темы 1-3

детей и обучающихся, в том числе детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья	образовательных потребностей конкретного обучающегося. ИПК 2.3. Владеет: технологиями физического развития детей и психолого-педагогической диагностикой результатов обучения и личностного развития детей и обучающихся, в том числе детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья		
ПК-4 Способен реализовывать индивидуально-личностные образовательные маршруты детей и обучающихся, в том числе с ограниченными возможностями здоровья	ИПК 4.1. Знает: специфику физического образования и особенностей организации работы с детьми разного возраста по индивидуально-личностным образовательным маршрутам детей и обучающихся, в том числе с ограниченными возможностями здоровья ИПК 4.2. Умеет: разрабатывать и реализовывать совместно со специалистами индивидуальные образовательные маршруты с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося.	Промежуточный контроль: экзамен Текущий контроль: опрос на практических занятиях, тестирование, реферат	Темы 1-3

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций при изучении дисциплины, описание шкал оценивания

8.2.1 Критерии оценки ответа на экзамене

(формирование компетенции ПК-2, индикаторы ИПК 2.1, ИПК 2.2, ИПК-2.3 ПК-4, ИПК 4.1., ИПК 4.2.)

«5» (отлично): обучающийся демонстрирует системные теоретические знания, практические навыки, владеет терминами, делает аргументированные выводы и обобщения, приводит примеры, показывает свободное владение монологической речью и способность быстро реагировать на уточняющие вопросы.

«4» (хорошо): обучающийся демонстрирует прочные теоретические знания, практические навыки, владеет терминами, делает аргументированные выводы и обобщения, приводит примеры, показывает свободное владение монологической речью, но при этом делает несущественные ошибки, которые быстро исправляет самостоятельно или при незначительной коррекции преподавателем.

«3» (удовлетворительно): обучающийся демонстрирует неглубокие теоретические знания, проявляет слабо сформированные навыки анализа явлений и процессов, недостаточное умение делать аргументированные выводы и приводить примеры, показывает не достаточно свободное владение монологической речью, терминами, логичностью и

последовательностью изложения, делает ошибки, которые может исправить только при коррекции преподавателем.

«2» (неудовлетворительно): обучающийся демонстрирует незнание теоретических основ предмета, отсутствие практических навыков, не умеет делать аргументированные выводы и приводить примеры, показывает слабое владение монологической речью, не владеет терминами, проявляет отсутствие логичности и последовательности изложения, делает ошибки, которые не может исправить даже при коррекции преподавателем, отказывается отвечать на дополнительные вопросы.

8.2.2 Критерии оценки работы обучающегося на практических занятиях

(формирование компетенции ПК-2, индикаторы ИПК 2.1, ИПК 2.2, ИПК-2.3 ПК-4, ИПК 4.1., ИПК 4.2.)

«5» (отлично): выполнены все практические задания, предусмотренные практическими занятиями, обучающийся четко и без ошибок ответил на все контрольные вопросы, активно работал на практических занятиях.

«4» (хорошо): выполнены все практические задания, предусмотренные практическими занятиями, обучающийся с корректирующими замечаниями преподавателя ответил на все контрольные вопросы, достаточно активно работал на практических занятиях.

«3» (удовлетворительно): выполнены все практические задания, предусмотренные практическими занятиями с замечаниями преподавателя; обучающийся ответил на все контрольные вопросы с замечаниями.

«2» (неудовлетворительно): обучающийся не выполнил или выполнил неправильно практические задания, предусмотренные практическими занятиями; обучающийся ответил на контрольные вопросы с ошибками или не ответил на контрольные вопросы.

8.2.3 Критерии оценки тестирования

(формирование компетенции ПК-2, индикаторы ИПК 2.1, ИПК 2.2, ИПК-2.3 ПК-4, ИПК 4.1., ИПК 4.2.)

Тестирование оценивается в соответствии с процентом правильных ответов, данных обучающимся на вопросы теста.

Стандартная шкала соответствия результатов тестирования выставяемой балльной оценке:

- «отлично» - свыше 85% правильных ответов;
- «хорошо» - от 70,1% до 85% правильных ответов;
- «удовлетворительно» - от 55,1% до 70% правильных ответов;
- от 0 до 55% правильных ответов – «неудовлетворительно»

«5» (отлично): тестируемый демонстрирует системные теоретические знания, владеет терминами и обладает способностью быстро реагировать на вопросы теста.

«4» (хорошо): тестируемый в целом демонстрирует системные теоретические знания, владеет большинством терминов и обладает способностью быстро реагировать на вопросы теста.

«3» (удовлетворительно): системные теоретические знания у тестируемого отсутствуют, он владеет некоторыми терминами и на вопросы теста реагирует достаточно медленно.

«2» (неудовлетворительно): системные теоретические знания у тестируемого отсутствуют, терминологией он не владеет и на вопросы теста реагирует медленно.

8.2.4 Критерии оценки реферата

(формирование компетенции ПК-2, индикаторы ИПК 2.1, ИПК 2.2, ИПК-2.3 ПК-4, ИПК 4.1., ИПК 4.2.)

«5» (отлично): тема реферата актуальна и раскрыта полностью; реферат подготовлен в установленный срок; оформление, структура и стиль изложения реферата соответствуют предъявляемым требованиям к оформлению документа; реферат выполнен самостоятельно, присутствуют собственные обобщения, заключения и выводы; подготовлен доклад, излагаемый без использования опорного конспекта.

«4» (хорошо): тема реферата актуальна, но раскрыта не полностью; реферат подготовлен в установленный срок; оформление, структура и стиль изложения реферата соответствуют предъявляемым требованиям к оформлению документа; реферат выполнен самостоятельно, присутствуют собственные обобщения, заключения и выводы; подготовлен доклад, излагаемый с использованием опорного конспекта.

«3» (удовлетворительно): тема реферата актуальна, но раскрыта не полностью; реферат подготовлен с нарушением установленного срока представления; оформление, структура и стиль изложения реферата не в полной мере соответствуют предъявляемым требованиям к оформлению документа; в целом реферат выполнен самостоятельно, однако очевидно наличие заимствований без ссылок на источники; подготовлен доклад, излагаемый с использованием опорного конспекта.

«2» (неудовлетворительно): тема реферата актуальна, но не раскрыта; реферат подготовлен с нарушением установленного срока представления; оформление, структура и стиль изложения реферата не соответствуют предъявляемым требованиям к оформлению документа; в реферате очевидно наличие значительных объемов заимствований без ссылок на источники; доклад не подготовлен.

8.2.5. Итоговое соответствие балльной шкалы оценок и уровней сформированности компетенций по дисциплине:

Уровень сформированности компетенции	Оценка	Пояснение
Высокий	«5» (отлично)	теоретическое содержание и практические навыки по дисциплине освоены полностью; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены на высоком уровне; компетенции сформированы
Средний	«4» (хорошо)	теоретическое содержание и практические навыки по дисциплине освоены полностью; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены с незначительными замечаниями; компетенции в целом сформированы
Удовлетворительный	«3» (удовлетворительно)	теоретическое содержание и практические навыки по дисциплине освоены частично, но пробелы не носят существенного характера; большинство предусмотренных программой обучения учебных задач выполнено, но в них имеются ошибки; компетенции сформированы частично
Неудовлетворительный	«2» (неудовлетворительно)	теоретическое содержание и практические навыки по дисциплине не освоены; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий либо не выполнено, либо содержит грубые ошибки; дополнительная самостоятельная работа над материалом не приводит к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий; компетенции не сформированы

8.3. Методические материалы (типовые контрольные задания), определяющие результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с индикаторами достижения

Контрольные задания, применяемые в рамках текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине, носят универсальный характер и предусматривают возможность

комплексной оценки всего набора заявленных по данной дисциплине индикаторов сформированности компетенций.

8.3.1. Текущий контроль (работа на практических занятиях)

(формирование компетенции ПК-2, индикаторы ИПК 2.1, ИПК 2.2, ИПК-2.3 ПК-4, ИПК 4.1., ИПК 4.2.)

Занятие 1. Предмет, цель, задачи адаптивной физической культуры.

Вопросы для самоподготовки

1. Главная группа задач адаптивной физической культуры — коррекционные, компенсаторные и профилактические.
2. Задачи коррекции основного дефекта (сенсорных систем, опорно-двигательного аппарата, речи, интеллекта, соматических функциональных систем и др.), сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, обусловленных основным дефектом и сопутствующими заболеваниями.
3. Задачи компенсации функций организма в случае невозможности коррекции основного дефекта, сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений.
4. Задачи профилактики сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений при наличии тех или иных дефектов.
5. Адаптация традиционной группы задач физической культуры - образовательных, воспитательных, оздоровительных – для инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических групп.
6. Физическое упражнение – основное средство адаптивной физической культуры.

Занятие 2. Теория адаптивной физической культуры.

Вопросы для самоподготовки

1. Метод - как способ, путь достижения поставленной цели; методический прием как вариант реализации метода в соответствии с конкретной задачей коррекции, компенсации, профилактики, обучения, воспитания, оздоровления.
2. Методы АФК, используемые в комплексной реабилитации больных и инвалидов: лечебная гимнастика (суставная и силовая), массаж, коррекция положений дозированной ходьбы (терренкур), гидрореабилитация (гидроаэробика, игры в воде и др.), механотерапия, физические методы лечения (водолечение, теплолечение, светолечение, самомассаж, вибрационный массаж, баролечение и др.), психосоматическая саморегуляция и аутогенная тренировка, аудиовизуальная стимуляция (музыка, цвет, образ) и др.
3. Методы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре (методы организации учебной деятельности, стимулирования, контроля и самоконтроля учебной деятельности).
4. Методы развития физических качеств и способностей (равномерный, переменный, повторный, интервальный, игровой, соревновательный, круговой).
5. Комплексное применение методов адаптивной физической культуры.

Занятие 3. Организация адаптивной физической культуры.

Вопросы для самоподготовки

1. Сходства и различия процессов обучения двигательным действиям в различных видах адаптивной физической культуры (адаптивном физическом воспитании, адаптивном спорте, адаптивной двигательной рекреации и физической реабилитации).
2. Максимально возможное исключение ошибок из процесса освоения двигательных действий - главное требование к этому процессу в адаптивной физической культуре.
3. Особенности формирования ориентировочной основы двигательного действия, сенсорно-перцептивного обучения и других этапов процесса его освоения у инвалидов различных нозологических групп (с сенсорными нарушениями, с поражениями опорно-двигательного аппарата, с отклонениями в интеллектуальном развитии и др.).

4. Роль и место тренажеров в процессе обучения двигательным действиям инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

8.3.2. Текущий контроль (тестирование)

(формирование компетенции ПК-2, индикаторы ИПК 2.1, ИПК 2.2, ИПК-2.3 ПК-4, ИПК 4.1., ИПК 4.2.)

Примерные варианты тестовых заданий

1. В спорте выделяют:

- А. Инвалидный, массовый, детский, юношеский, высших достижений.
- Б. Олимпийский, дворовый, любительский.
- В. Любительский, профессиональный, массовый.

Правильный ответ: А

2. Спорт это:

- А. Диета, упражнения, правильное дыхание.
- Б. Физические упражнения и тренировки.
- В. Диета, упражнения, правильное дыхание. Деятельность, проводимая в соответствии с некоторыми правилами, состоящая в честном сопоставлении сил и способностей участников.

Правильный ответ: В

3. Отличительным признаком физической культуры является:

- А. Правильно организованный и воспроизводимый алгоритм движений.
- Б. Использование природных сил для восстановления организма.
- В. Стабильно высокие результаты, получаемые на тренировках.

Правильный ответ: А

4. Следует ли после длительной болезни приступать к разучиванию сложных гимнастических упражнений?

- А. Да, в малом темпе.
- Б. Нет.
- В. Да, под присмотром тренера.

Правильный ответ: Б

5. Физическая культура представляет собой:

- А. Определенную часть культуры человека.
- Б. Учебную активность.
- В. Культуру здорового духа и тела.

Правильный ответ: А

6. Под физической культурой понимается:

- А. Воспитание любви к физической активности.
- Б. Система нагрузок и упражнений.
- В. Некоторый фрагмент деятельности человеческого общества.

Правильный ответ: В

7. Возможности человека, обеспечивающие ему выполнение двигательных действий, называются:

- А. Скоростная способность.
- Б. Двигательный рефлекс.
- В. Физическая возможность.

Правильный ответ: А

8. Эффект физических упражнений определяется, прежде всего:

- А. Их содержанием.
- Б. Их формой.
- В. Скоростью их выполнения.

Правильный ответ: А

9. Разновидность аэробики, особенностью которой является использование специальной платформы, называется:

- А. Боди-балет.

Б. Степ-аэробитка.

В. Пилатес.

Правильный ответ: Б

10. Какие размеры теннисного стола указаны правильно?

А. Длина-2740 мм., ширина-1525 мм., высота-760 мм.

Б. Длина-2940 мм., ширина-1425 мм., высота-820 мм.

В. Длина-2540 мм., ширина-1625 мм., высота-720 мм.

Правильный ответ: А

11. Сколько подач подряд выполняет один игрок в настольном теннисе?

А. Две.

Б. Четыре.

В. Три.

Правильный ответ: А

12. Основные средства защиты из спортивных и восточных единоборств это:

А. Пауэрлифтинг.

Б. Бодибилдинг.

В. Атлетическое единоборство.

Правильный ответ: В

13. Какой гимнаст разработал популярную ныне систему тренировок —кроссфит?

А. Майк Бургенер.

Б. Луи Симмонс.

В. Грег Глассман.

Правильный ответ: В

14. Влияние физических упражнений на организм человека:

А. Положительное, если эти упражнения выполняются регулярно, в правильном темпе, верной последовательности, а занимающийся не имеет противопоказаний, исключаяющих данные занятия.

Б. Нейтральное, даже если заниматься усердно.

В. Положительное, только в случае, если заниматься ими на пределе своих физических возможностей.

Правильный ответ: А

15. Главной причиной нарушения осанки является:

А. Малая подвижность в течение дня, неправильное поднятие тяжестей, часто принимаемая неправильная поза.

Б. Сутулость, сгорбленность, —страх своего роста.

В. Слабые мышцы спины.

Правильный ответ: А

16. Одна из форм аэробики, в которой используется специальное покрытие и обувь, называется:

А. Ритмика.

Б. Слайд-аэробика.

В. Памп-аэробика.

Правильный ответ: Б

17. В каком году был проведен первый чемпионат мира по настольному теннису?

А. 1929 г.

Б. 1926 г.

В. 1931 г.

Правильный ответ: Б

18. Как называется одно из новых направлений в фитнесе, сочетающее в себе бокс, танец и пилатес?

А. Пилоксинг.

Б. Капозйра.

В. Питабо.

Правильный ответ: А

Тест - 19. Лучшие условия для развития быстроты реакции создаются во время:

А. Спортивных игр с обилием быстрых движений.

Б. Бега с препятствиями.

В. Десятиборья.

Правильный ответ: А

20. Ритм, как комплексная характеристика техники физических упражнений, отражает:

А. Количество действий в единицу времени.

18

+ Б. Некоторый алгоритм распределения физических усилий, степень и скорость их изменения.

В. Скорость выполнения упражнений.

Правильный ответ: Б

21. У хорошо тренированных спортсменов с аэробной мощностью в 5 л/мин диффузная емкость легких по кислороду достигает

а) 95 мл/мин/мм рт. ст.

б) 75 мл/мин/мм рт. ст.

в) 35 мл/мин/мм рт. ст.

г) 45 мл/мин/мм рт. ст.

Правильный ответ: б

22. При физической нагрузке расход энергии может увеличиваться

а) в 55-60 раз.

б) в 35-40 раз.

в) в 15-20 раз.

г) в 10 раз.

Правильный ответ: в

23. После выполнения тяжелых нагрузок наблюдаются снижение рН до

а) 7,0.

б) 5,0.

в) 10.

г) 3,0.

Правильный ответ: а

24. У высокотренированных спортсменов после максимальной (особенно соревновательной) физической нагрузки молочная кислота иногда превышает (один ответ)

а) 10 ммоль/л.

б) 30 ммоль/л.

в) 40 ммоль/л.

г) 20 ммоль/л.

Правильный ответ: 4

25. Энергия содержится в пище в виде питательных веществ –

а) белков, жиров.

б) жиров, углеводов.

в) белков, углеводов.

г) белков, жиров, углеводов.

Правильный ответ: г

26. В среднем объем кровотока в щитовидной железе равен

а) 2-2,5% минутного объема.

б) 1-1,5% минутного объема.

в) 5-6% минутного объема.

г) 6% минутного объема.

Правильный ответ: б

27. Мозг управляет всеми функциями организма, включая мышечные сокращения и активность желез внутренней секреции.

а) включая сердце и легкие.

- б) включая активность желез внутренней секреции.
 - в) включая мышечные сокращения.
 - г) включая мышечные сокращения и активность желез внутренней секреции.
- Правильный ответ: г

8.3.3. Текущий контроль (реферат)

(формирование компетенции ПК-2, индикаторы ИПК 2.1, ИПК 2.2, ИПК-2.3 ПК-4, ИПК 4.1., ИПК 4.2.)

Примерные темы рефератов

1. Понятие АФК (предмет, цель, задачи, содержание).
2. Педагогические функции АФК.
3. Социальные функции АФК.
4. Социальные принципы АФК.
5. Общеметодические принципы АФК.
6. Специально-методические принципы АФК.
7. Средства АФК.
8. Виды АФК.
9. АФК в системе комплексной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов).
10. История развития АФК.
11. Развитие АФК среди лиц с поражением ОДА.
12. История АФК у лиц с поражением слуха.
13. История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением зрения.
14. История адаптивного физического воспитания для лиц с нарушением интеллекта.
15. Специальное олимпийское движение.
16. АФК как интегративная наука, учебная дисциплина и область социальной практики.
17. Содержание и особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре.
18. Адаптивное физическое воспитание лиц с отклонениями в состоянии здоровья с сохранным интеллектом.
19. Адаптивное физическое воспитание лиц с отклонениями в интеллектуальном развитии.
20. Методы формирования знаний.
21. Методы обучения двигательным действиям.
22. Методы развития физических качеств и способностей.
23. Методы воспитания личности.
24. Формы организации АФК.
25. Обучение двигательным действиям в АФК.
26. Применение тренажеров в АФК.
27. Физическая помощь и страховка в АФК (классификация).
28. Формирование эталонной ориентировочной основы действия в АФК.
29. Закономерности развития физических способностей.
30. Принципы развития физических способностей.
31. Особенности развития силовых способностей.
32. Особенности развития скоростных способностей.
33. Особенности развития выносливости.
34. Особенности развития гибкости.
35. Особенности развития координационных способностей.
36. Особенности развития координационных способностей школьников с нарушениями речи, слуха, зрения, интеллекта.

37. Врачебно-медицинский контроль в АФК.

38. Педагогический контроль в АФК.

8.3.4. Промежуточный контроль (вопросы к экзамену)

(формирование компетенции ПК-2, индикаторы ИПК 2.1, ИПК 2.2, ИПК-2.3)

Перечень примерных вопросов к экзамену:

1. АФК в системе высшего, среднего профессионального образования.
2. Возможности интеграции основной образовательной программы по АФК с программами по другим направлениям и специальностям высшей и средней школы.
3. Основные отличия АФК от ФК, медицины, и других отраслей знаний и практической деятельности человека.
4. Понятия «культура», «физическая культура», «АФК», «реабилитация», «социализация», «образ жизни», «социальная интеграция». Коррекционные задачи - основные задачи АФК. Возможности коррекции сенсорных систем, интеллекта, функций опорно-двигательного аппарата, внутренних органов, речи с помощью физических упражнений.
5. Задачи компенсации функций пораженного органа или деятельности какой-либо системы. Их решение в АФК.
6. Профилактика сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений средствами и методами АФК.
7. Особенности образовательных, воспитательных и оздоровительных задач в АФК.
8. Краткая характеристика основных видов АФК
9. Комплексная реабилитация средствами и методами АФК применяемая в коррекции нарушений осанки и плоскостопия у детей младшего школьного возраста.
10. Комплексная реабилитация средствами и методами АФК применяемая в коррекции нарушений зрения у детей школьного возраста.
11. Типичные нарушения в двигательной сфере у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
12. Требования к личностным качествам и квалификации педагогаспециалиста по АФК.
13. Становление и развитие АФК в нашей стране. Основные этапы.
14. Спортсмены России в мировом спортивном движении инвалидов.
- 39
15. Организационно-управленческая структура АФК в России и за рубежом. Государственные и общественные организации.
16. Организация адаптивного физического воспитания в России.
17. АФК – составная часть комплексной реабилитации.
18. Всесторонне воспитание личности средствами и методами АФК. Умственноинтеллектуальное и нравственное воспитание на занятиях по АФК.
19. Общебиологические закономерности жизнедеятельности человека
20. Содержание важнейших педагогических функций АФК.
21. Социальные функции АФК. Особенности применения обще-методических и специально-методических принципов в АФК.
22. Средства и методы АФК, используемые в комплексной реабилитации.
23. Методы обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей в АФК.
24. Классификация тренажеров, применяемых для обучения физическим упражнениям в АФК.
25. Физическая нагрузка и отдых - структурные основы развития и совершенствования индивидуальных физических качеств и способностей инвалида.

26. Индивидуальные программы реабилитации инвалидов – основная предпосылка планирования в АФК.
27. Особенности текущего, этапного и циклического контроля в АФК.
28. Формирование и совершенствование мелкой моторики – важный компонент содержания АФВ.
29. Паралимпийское движение инвалидов, как модель спорта для инвалидов.
30. Цель, принципы, основное содержание Всемирных игр Специальной Олимпиады.
31. Нормативно-правовые основы деятельности учреждений АФК и спорта в России.
32. АФК и ее роль в формировании социального статуса инвалида.
33. Особенности врачебно-медицинского контроля в АФК.
34. Педагогический контроль за занимающимися различными видами АФК.
35. Показания и противопоказания для занятий АФК.
36. Планирование и комплексный контроль за состоянием занимающихся АФК.
37. Планирование и комплексный контроль за состоянием занимающихся адаптивным спортом.
38. Комплексная реабилитация средствами и методами АФК применяемая в коррекции нарушений осанки и плоскостопия у детей.
39. Психодиагностические методики в АФК.
40. Показания и противопоказания для занятий АФК.
41. Спортивно-медицинские классификации инвалидов с различными поражениями.
42. Спортивно-медицинская классификация инвалидов-ампутантов.
43. Спортивно-медицинская классификация инвалидов с травмами и заболеваниями спинного мозга.
44. Спортивно-медицинская классификация для лиц с последствием ДЦП.
45. Спортивно-медицинская классификация «Прочих» инвалидов.
46. Спортивно-медицинская классификация в практике Специальной олимпиады.
47. История возникновения и развития Паралимпиады.
48. История возникновения и развития адаптивного спорта глухих.
49. История возникновения и развития Специальной олимпиады.
- 40
50. Особенности адаптивного физического воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
51. Особенности адаптивного физического воспитания детей с интеллектуальной недостаточностью.
52. Диагностика физического развития школьников с ограниченными возможностями здоровья.
53. Диагностика сопутствующих заболеваний у школьников (различных нозологических групп).
54. Методы обучения двигательным действиям лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов).
55. Средства восстановления в адаптивном спорте.
56. Использование методов психорегуляции в занятиях АФК.
57. Особенности физического развития школьников различных нозологических групп.
- 58.. Формы организации АФК.
59. Развитие физических способностей школьников различных нозологических групп.
60. Организация адаптивной физической культуры в Российской Федерации и мировом сообществе