

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
"Амурский государственный университет"

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной и научной
работе

Лейфа А.В. Лейфа

13 мая 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
«ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В АДАПТИВНОЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»

Направление подготовки 44.04.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы – Спортивные и физкультурно-оздоровительные технологии

Квалификация выпускника – Магистр

Год набора – 2024

Форма обучения – Очная

Курс 2 Семестр 4

Зачет 4 сем

Общая трудоемкость дисциплины 108.0 (академ. час), 3.00 (з.е)

Составитель О.В. Юречко, доцент, канд. пед. наук

Факультет социальных наук

Кафедра психологии и педагогики

Рабочая программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта ВО для направления подготовки 44.04.01 Педагогическое образование, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.18 № 126

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры психологии и педагогики

01.04.2024 г. , протокол № 8

Заведующий кафедрой Лейфа А.В. Лейфа

СОГЛАСОВАНО

Учебно-методическое управление

Чалкина Н.А. Чалкина

13 мая 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Выпускающая кафедра

Лейфа А.В. Лейфа

13 мая 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Научная библиотека

Петрович О.В. Петрович

13 мая 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Центр цифровой трансформации и
технического обеспечения

Тодосейчук А.А. Тодосейчук

13 мая 2024 г.

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель дисциплины:

формирование у будущих магистров профессиональных компетенций в области физкультурно- оздоровительных технологий с лицами с ограниченными возможностями здоровья различных возрастных и нозологических групп во всех видах адаптивной физической культуры

Задачи дисциплины:

- освоение магистрантами педагогическими технологиями воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с помощью физических упражнений, естественно-средовых и гигиенических факторов;
- сформировать у студентов практические умения и навыки выполнения основных физических упражнений, используемых в различных видах технологий физкультурно- оздоровительной деятельности;

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к обязательной части дисциплин (модулей) образовательной программы высшего образования по направлению подготовки магистров 44.04.01 Педагогическое образование и реализуется в 4 семестре. Знания по дисциплине «Физкультурно- оздоровительные технологии в адаптивной физической культуре» базируются на изучении ряда дисциплин обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы в частности «Современные технологии физического воспитания дошкольников, школьников и студентов», «Комплексный контроль в физической культуре и спорте», «Физкультурно- оздоровительные технологии в физической культуре и спорте». Знания, полученные в рамках изучения данной дисциплины используются при выполнении научно- исследовательской работы и подготовки выпускной квалификационной работы

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

3.1 Общепрофессиональные компетенции и индикаторы их достижения

Категория (группа) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
Совместная и индивидуальная учебная воспитательная деятельность обучающихся	ОПК-3 Способен проектировать организацию совместной и индивидуальной учебной воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями	ИД-1 ОПК-3 Знает: принципы индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями; модели проектирования совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями; ИД-2 ОПК-3 Умеет: проектировать и применять оптимальные формы и технологии организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том

		числе с особыми образовательными потребностями ИД-3 ОПК-3 Владеет навыками осуществления деятельности по проектированию организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями
Психолого-педагогические технологии профессиональной деятельности	ОПК-6 Способен проектировать и использовать эффективные психолого-педагогические, в том числе инклюзивные, технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями	ИД-2 ОПК-6 Умеет: проектировать специальные условия и применять психолого-педагогические технологии при инклюзивном образовании обучающихся с особыми образовательными потребностями; проектировать и организовывать деятельность обучающихся с особыми образовательными потребностями по овладению адаптированной образовательной программой инклюзивного образования ИД-3 ОПК-6 Владеет навыками осуществления деятельности по проектированию и использованию эффективных психолого-педагогических, в том числе инклюзивных, технологий в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями

3.2 Профессиональные компетенции и индикаторы их достижения

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
ПК-3. Способен осуществлять преподавание программ дополнительного образования и обеспечивать их организационно-методическое и педагогическое сопровождение	ИД1 ПК-3. Знает: образовательные программы в области физической культуры и спорта на основе современных требований к методике преподавания в образовательных организациях основного общего, среднего общего и дополнительного образования ИД2 ПК-3. Умеет: образовательные программы в области физической культуры и спорта на основе современных требований к методике преподавания в образовательных организациях основного общего, среднего общего и дополнительного образования ИД3 ПК-3. Владеет навыками по реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта на основе современных требований к методике преподавания в

4. СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3.00 зачетных единицы, 108.0 академических часов.

1 – № п/п

2 – Тема (раздел) дисциплины, курсовая работа (проект), промежуточная аттестация

3 – Семестр

4 – Виды контактной работы и трудоемкость (в академических часах)

4.1 – Л (Лекции)

4.2 – Лекции в виде практической подготовки

4.3 – ПЗ (Практические занятия)

4.4 – Практические занятия в виде практической подготовки

4.5 – ЛР (Лабораторные работы)

4.6 – Лабораторные работы в виде практической подготовки

4.7 – ИКР (Иная контактная работа)

4.8 – КТО (Контроль теоретического обучения)

4.9 – КЭ (Контроль на экзамене)

5 – Контроль (в академических часах)

6 – Самостоятельная работа (в академических часах)

7 – Формы текущего контроля успеваемости

1	2	3	4									5	6	7
			4.1	4.2	4.3	4.4	4.5	4.6	4.7	4.8	4.9			
1	Теоретико-методические основы физкультурно-оздоровительных технологий в адаптивной физической культуре	4	2		2								12	Опрос
2	Общая характеристика основных физкультурно-оздоровительных технологий в адаптивной физической культуре	4	2		4								12	Опрос
3	Плавание лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья – гидрореабилитация	4	2	2	4								16	Опрос Конспект

4	Коррекционно-развивающие игры в адаптивной физической культуре	4	2		4							18	Опрос Конспект
5	Нетрадиционные оздоровительные технологии	4	2		4							21.8	Опрос Конспект
6	Зачет	4							0.2				зачет
	Итого			10.0		18.0		0.0	0.0	0.2	0.0	79.8	

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Лекции

№ п/п	Наименование темы (раздела)	Содержание темы (раздела)
1	Теоретико-методические основы физкультурно-оздоровительных технологий в адаптивной физической культуре	Классификация и характеристика физкультурно-оздоровительных и спортивных технологий в адаптивной физической культуре
2	Общая характеристика основных физкультурно-оздоровительных технологий в адаптивной физической культуре	Гимнастика для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями здоровья. Организация туристских походов с учетом нозологии.
3	Плавание лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья – гидрореабилитация	Преодоление критических ситуаций при обучении плаванию лиц с ограниченными возможностями здоровья. Технологии начального обучения плаванию ребенка-инвалида в домашних условиях (в ванной). Плавание после ампутации нижних конечностей. Аквафитнес в адаптивной физической культуре (гидроаэробика) – водный тренинг
4	Коррекционно-развивающие игры в адаптивной физической культуре	Игра как деятельность. Игра для психологического контакта между занимающимися. Подвижные игры для детей с детским церебральным параличом (ДЦП). Игры для детей с нарушением интеллекта. Подвижные игры для детей со зрительной патологией.
5	Нетрадиционные оздоровительные технологии	Дыхательная гимнастика. Самомассаж. Гимнастика для глаз. Антистрессовая пластическая гимнастика. Сказкотерапия. Йога. Национальные спортивные и оздоровительные технологии. Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности

5.2. Практические занятия

Наименование темы	Содержание темы
Теоретико-методические основы физкультурно-оздоровительных технологий в адаптивной физической культуре	Классификация и характеристика физкультурно-оздоровительных и спортивных технологий в адаптивной физической культуре
Общая характеристика основных физкультурно-оздоровительных технологий в адаптивной физической культуре	Гимнастика для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями здоровья. Организация туристских походов с учетом нозологии.
Плавание лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья – гидрореабилитация	Преодоление критических ситуаций при обучении плаванию лиц с ограниченными возможностями здоровья. Технологии начального обучения плаванию ребенка-инвалида в домашних условиях (в ванной). Плавание после ампутации нижних конечностей. Аквафитнес в адаптивной физической культуре (гидроаэробика) – водный тренинг
Коррекционно-развивающие игры в адаптивной физической культуре	Игра как деятельность. Игра для психологического контакта между занимающимися. Подвижные игры для детей с детским церебральным параличом (ДЦП). Игры для детей с нарушением интеллекта. Подвижные игры для детей со зрительной патологией.
Нетрадиционные оздоровительные технологии	Дыхательная гимнастика. Самомассаж. Гимнастика для глаз. Антистрессовая пластическая гимнастика. Сказкотерапия. Йога. Национальные спортивные и оздоровительные технологии. Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности

6. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА

№ п/п	Наименование темы (раздела)	Содержание темы (раздела)	Трудоемкость в академических часах
1	Теоретико-методические основы физкультурно-оздоровительных технологий в адаптивной физической культуре	Чтение специальной литературы	12
2	Общая характеристика основных физкультурно-оздоровительных технологий в адаптивной физической культуре	Чтение специальной литературы	12

3	Плавание лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья – гидрореабилитация	Чтение специальной литературы Конспект	16
4	Коррекционно-развивающие игры в адаптивной физической культуре	Чтение специальной литературы Конспект	18
5	Нетрадиционные оздоровительные технологии	Чтение специальной литературы Конспект	21.8

7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В соответствии с требованиями ФГОС ВО для реализации компетентного подхода в учебном процессе предусмотрено использование активных форм проведения занятий, развивающих коммуникативные способности и речь обучающихся, направленных на их привлечение к самостоятельной познавательной деятельности, вызывающих личностный интерес к нормативно- правовым основам физической культуры и спорта, способствующих осознанию социальной значимости своей будущей профессии и проявлению мотивации к профессиональной деятельности. К активным формам проведения занятий, используемым при реализации курса относятся: проблемная лекция, учебные дискуссии, разбор конкретных ситуаций. На лекциях и практических занятиях студенты знакомятся с конкретной проблемой, воспроизводят и анализируют ход ее решения, высказывают свои суждения.

Рекомендуется использование информационных технологий при организации коммуникации со студентами для представления информации, выдачи рекомендаций и консультирования по оперативным вопросам, использование мультимедиа- средств при проведении лекционных и практических занятий

8. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины осуществляется в виде зачета (4 семестр).

Вопросы к зачету

1. Значение физкультурно- оздоровительных технологий в адаптивной физической культуре
2. Классификация и характеристика физкультурно- оздоровительных и спортивных технологий в адаптивной физической культуре
3. Гимнастика для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (оздоровительная аэробика, ритмическая гимнастика, базовая аэробика, футбол- аэробика, степ-аэробика).
4. Гимнастика для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (шейпинг, пилатес, стретчинг, система специальных авторских упражнений на растяжку)
5. Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями здоровья.
6. Детский церебральный паралич и туризм
7. Противопоказания для участия в туристических мероприятиях
8. Организация туристских походов с учетом нозологии.
9. Гигиена, профилактика, техника безопасности в туризме для пожилых людей и инвалидов
10. Тактика передвижения группы с ограниченными возможностями здоровья на спортивном маршруте
11. Плавание лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья – гидрореабилитация

12. Преодоление критических ситуаций при обучении плаванию лиц с ограниченными возможностями здоровья.
13. Технологии начального обучения плаванию ребенка-инвалида в домашних условиях (в ванной).
14. Плавание после ампутации нижних конечностей.
15. Аквафитнес в адаптивной физической культуре (гидроаэробика) – водный тренинг
16. Коррекционно-развивающие игры в адаптивной физической культуре. Игра как деятельность.
17. Игра для психологического контакта между занимающимися.
18. Подвижные игры для детей с детским церебральным параличом (ДЦП).
19. Игры для детей с нарушением интеллекта.
20. Подвижные игры для детей со зрительной патологией.
21. Нетрадиционные оздоровительные технологии (дыхательная гимнастика, самомассаж, гимнастика для глаз, антистрессовая пластическая гимнастика)
22. Двигательная пластика по методу Слядневой. Сказкотерапия.
23. Йога.
24. Национальные спортивные и оздоровительные технологии.
25. Программа по адаптивной физической культуре для детей с психосоматическими нарушениями на основе принципов М. Норбекова
26. Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности. Понятия и классификация профессионально-ориентированных видов двигательной деятельности в адаптивной физической культуре.
27. Краткая характеристика профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности
28. Виды адаптивной двигательной рекреации, основанные на взаимодействии человека с животным
29. Русская национальная игра «Лапта»
30. Танцевально-экспрессивный тренинг

9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

а) литература

1. Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание: учебное пособие для вузов / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08390-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/540918> (дата обращения: 30.04.2024).
2. Бегидова, Т. П. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья: учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 210 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14815-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544542> (дата обращения: 30.04.2024).
3. Велнес-технологии в оздоровительной физической культуре: учебное пособие / составители С. А. Егорова, Т. В. Бакшева. — Ставрополь: СКФУ, 2016. — 107 с. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/155499> (дата обращения: 30.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Грудницкая, Н. Н. Оздоровительные телесно-ориентированные технологии: учебное пособие / Н. Н. Грудницкая. — Ставрополь: СКФУ, 2014. — 209 с. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/155501> (дата обращения: 30.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Егорова, С. А. Организация оздоровительной работы с различными слоями

населения : учебное пособие / С. А. Егорова, В. Г. Петрякова. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2015. — 92 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/62973.html> (дата обращения: 30.04.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

6. Оздоровительная йога : учебное пособие / составители Н. Н. Грудницкая, Т. В. Мазакова. — Ставрополь : СКФУ, 2017. — 136 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/155510> (дата обращения: 30.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

7. Рипа, М. Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие для вузов / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539496> (дата обращения: 30.04.2024).

8. Современные оздоровительные системы и виды кондиционной тренировки : учебное пособие / составители Н. Н. Грудницкая, Т. В. Мазакова. — Ставрополь : СКФУ, 2016. — 122 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/155512> (дата обращения: 30.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

9. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/543808> (дата обращения: 30.04.2024).

б) программное обеспечение и Интернет-ресурсы

№	Наименование	Описание
1	Автоматизированная информационная библиотечная система «ИРБИС 64»	Лицензия коммерческая по договору №945 от 28 ноября 2011 года.
2	Операционная система Linux	GNU-лицензия (GNU General Public License)
3	Электронная библиотечная система «IPRbooks» http://www.iprbookshop.ru	Электронно-библиотечная система IPRbooks – научно-образовательный ресурс для решения задач обучения в России и за рубежом. Уникальная платформа ЭБС IPRbooks объединяет новейшие информационные технологии и учебную лицензионную литературу. Контент ЭБС IPRbooks отвечает требованиям стандартов высшей школы, СПО, дополнительного и дистанционного образования. ЭБС IPRbooks в полном объеме соответствует требованиям законодательства РФ в сфере образования
4	http://elibrary.ru .	Научная электронная библиотека журналов
5	Электронно-библиотечная система издательства «Лань» http://e.lanbook.com	Электронный ресурс, включающий в себя как электронные версии книг издательства «Лань» и других ведущих издательств учебной литературы, так и электронные версии периодических изданий по естественным, техническим и гуманитарным наукам.
6	ЭБС ЮРАЙТ https://urait.ru/	Фонд электронной библиотеки составляет более 4000 наименований и постоянно пополняется новинками, в большинстве своем это учебники и учебные пособия

		для всех уровней профессионального образования от ведущих научных школ с соблюдением требований новых ФГОСов.
7	https://www.dissercat.com/	Научная электронная библиотека диссертаций и авторефератов disserCat — это самый крупный каталог научных работ в российском интернете.

в) профессиональные базы данных и информационные справочные системы

№	Наименование	Описание
1	https://www.consultant.ru/	База данных законодательства РФ «Консультант Плюс»: кодексы, законы, указы, постановления Правительства РФ
2	https://scholar.google.ru/	Google Scholar —поисковая система по полным текстам научных публикаций всех форматов и дисциплин
3	https://elibrary.ru/	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU - российский информационно- аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования
4	http://www.edu.ru/index.php	Российское образование. Федеральный портал
5	https://www.runnet.ru	RUNNet (RussianUNiversityNetwork) - научно-образовательная телекоммуникационная сеть, обеспечивающими интеграцию с зарубежными научно-образовательными сетями (National Research Education Networks, NREN) и с Интернет.
6	http://window.edu.ru	Единое окно доступа к образовательным ресурсам
7	http://www.multitrans.ru/	Мультитран. Информационная справочная система «Электронные словари»

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия по дисциплине проводятся в специальных помещениях, представляющих собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории. Все помещения, в которых проводятся занятия, соответствуют действующим противопожарным правилам и нормам.

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронно- библиотечным системам и к электронной информационно-образовательной среде университета.

Самостоятельная работа обучающихся осуществляется в помещениях, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно- образовательную среду университета

На занятиях применяется следующее техническое оборудование: компьютерная техника (компьютеры), проектор.