

## АННОТАЦИЯ

Адаптированной рабочей программы по дисциплине  
**ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ ЛИЦ С СЛОЖНЫМИ (КОМПЛЕКСНЫМИ)  
НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ**  
основной профессиональной образовательной программы  
по направлению подготовки высшего образования  
**49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(адаптивная физическая культура)**

Квалификация – бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

### 1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

#### 1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:

Адаптированная рабочая программа учебной дисциплины «Двигательная активность лиц с сложными (комплексными) нарушениями развития» составлена в соответствии с учебным планом подготовки *бакалавров* по направлению **49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)** в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами и положениями Университета.

Целью освоения дисциплины (модуля) является освоением студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области адаптивного физического воспитания лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) и реализация их в своей профессиональной деятельности.

#### 1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Результатом освоения дисциплины определяются способностью применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

*Бакалавр* по направлению подготовки 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и образовательной программы:

##### *педагогическая деятельность:*

обеспечивать усвоение занимающимися с ограниченными возможностями здоровья двигательных действий, позволяющих реализовывать жизненно и профессионально важные умения и навыки, избранный вид соревновательной деятельности, отдых и переключение с основных видов бытовой и профессиональной деятельности, лечебное воздействие на организм человека, экстремальные и креативные виды двигательной активности;

определять, планировать, реализовывать и корректировать содержание когнитивного и двигательного (моторного) обучения, исходя из единства механизмов формирования ориентировочной основы умственных, сенсорных, перцептивных и двигательных действий и понятий и с учетом результатов оценивания физического, функционального и психического состояния занимающихся;

##### *воспитательная деятельность:*

формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья социально значимые потребности, которые будут определять ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, соответствующие современному этапу развития общества, гуманистическим идеалам европейской и мировой культуры;

##### *развивающая деятельность:*

содействовать развитию психических и физических качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом сенситивных периодов развития тех или иных

психических и физиологических функций, а также структуры, характера, этиологии и патогенеза заболевания;

содействовать реализации задач развивающего обучения, обеспечивающего полноценное усвоение знаний, формирование учебной деятельности, непосредственно влияющих на умственное и физическое развитие человека;

*реабилитационная (восстановительная) деятельность:*

способствовать восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием средств и методов адаптивной физической культуры;

обеспечивать возможности более полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья;

проводить комплекс восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок;

*компенсаторная деятельность:*

способствовать развитию оставшихся после болезни или травмы функций организма человека с целью частичной или полной замены утраченных функций;

обеспечивать освоение новых способов реализации основных видов жизнедеятельности человека, исходя из его оставшихся функций;

*профилактическая деятельность:*

проводить комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма человека;

проводить комплекс мероприятий по предупреждению возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основной причиной, ограничивающей возможности здоровья человека;

осуществлять психотерапевтические меры по недопущению и (или) устранению психологических комплексов, обусловленных тем или иным заболеванием человека или видом инвалидности;

*организационно-управленческая деятельность:*

организовывать и проводить физкультурно-массовые и спортивные мероприятия с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья; планировать свою профессиональную деятельность, руководствуясь Конституцией Российской Федерации, законами Российской Федерации и органов управления в сфере физической культуры и спорта и образования,

соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся в процессе занятий.

### **1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:**

Дисциплина относится к Блоку 1 «Дисциплины (модули)» *вариативной* части. Дисциплины и курсы по выбору студента, устанавливаемые вузом. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной форме обучения, на 5 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *экзамен*. Для успешного освоения дисциплины, *как при очной, так и при заочной форме обучения*, необходимы входные знания, умения, навыки и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: «Теория и организация адаптивной физической культуры», «История адаптивной физической культуры», БВДД: «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Плавание», «Лыжная подготовка», «Спортивные и подвижные игры», «Социальная защита инвалидов»

### **1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

**1.4.1.** В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

*а) общепрофессиональные (ОПК):*

- знанием морфофункциональных, социально-психологических особенностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических форм, возрастных и гендерных групп (ОПК-4);

- умением планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей (ОПК-5);
- знание этиологии и патогенеза основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ОПК-10);

**б) профессиональные (ПК):**

- умением определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-3);
- умением проводить профилактическую работу по недопущению негативных социальных явлений в жизни лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-6);
- знанием закономерностей восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-11);
- умением проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них, нарушенных или временно утраченных функций (ПК-13);
- готовностью к использованию методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья и внесению коррекций в восстановительные воздействия в зависимости от результатов измерений и (или) рекомендаций членов междисциплинарной команды (ПК-14);
- способностью производить комплекс восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок (ПК-15);
- способностью обеспечивать условия для наиболее полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением или временной утратой функций организма человека (ПК-16);
- знанием компенсаторных возможностей оставшихся после болезни или травмы функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-17);
- умением развивать физические качества, обучать новым способам двигательной деятельности лиц с отклонениями в состоянии здоровья, исходя из нарушенных или навсегда утраченных функций (ПК-19);
- знанием закономерностей развития различных видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием и поражением, сопутствующих основному дефекту, заболеванию и поражению (ПК-20);
- умением проводить комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) (ПК-21);
- умением проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний) (ПК-22).

**1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:**

|        |   |
|--------|---|
| Знать: | возможности приспособления внешней среды для реализации основных видов жизнедеятельности человека с отклонениями в состоянии здоровья, закономерности развития различных видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным |
|--------|---|

|        |   |
|--------|---|
|        | заболеванием, сопутствующих основному дефекту заболеваний и поражений (ОПК-4);  |
|        | морфофункциональные, социально-психологические особенности занимающихся, в том числе лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических форм заболеваний занимающихся, возрастных и гендерных групп (ОПК-5);  |
|        | этиологию и патогенез основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ОПК-10, ПК-20);   |
|        | физические качества, развитие которых необходимо исходя из нарушенных или навсегда утраченных функций (ПК-3, ПК-16);  |
|        | пути и способы предупреждения и преодоления отрицательного влияния индивидуальной негативной зависимости к социальному поведению на физическую и общественную активность ученика (ПК-6);  |
|        | закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека (ПК-11);  |
|        | роль и место физических упражнений в реабилитационном процессе с лицами различных возрастных групп после выполнения физических нагрузок; комплекс восстановительных мероприятий для лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения физических нагрузок (ПК-15);   |
|        | показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам у различных групп инвалидов, принципы выбора методов и методики выполнения функциональных исследований у инвалидов различных нозологических групп (ПК-21);   |
|        | новые способы двигательной деятельности, которыми должен овладеть человек исходя из нарушенных или навсегда утраченных функций (ПК-17, ПК-19);  |
|        | современные методы развития физических способностей и обучения двигательным действиям при различных последствиях заболеваний и травм (ПК-19);   |
|        | способы оценки эффективности образовательной деятельности исходя из нарушенных или навсегда утраченных функций (ПК-19, ПК-22);  |
|        | методы оценки физического развития и функциональной подготовленности лиц с отклонениями в состоянии здоровья; методы оценки психического состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья; методы коррекции восстановительных мероприятий в зависимости от результатов измерений и рекомендаций членов междисциплинарной команды (ПК-14);              |
| Уметь: | использовать в практической деятельности особенности психофизического состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья, в зависимости от специфики основного диагноза (ОПК-4);   |
|        | планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста и пола (ОПК-5);  |
|        | планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся (ОПК-5);   |
|        | планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных особенностей (ОПК-5);   |
|        | способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций, этиологии и патогенеза заболеваний, воплощать в жизнь задачи развивающего обучения, осуществлять простейшие приемы психотерапии по профилактике и (или) устранению психологических комплексов болезни и инвалидности (ОПК-10); |
|        | определить актуальный путь и способы предупреждения и преодоления отрицательного влияния индивидуальной негативной зависимости к  |

|          |  |
|----------|--|
|          | социальному поведению на физическую и общественную активность ученика. (ПК-6);   |
|          | применять средства и методы для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся (ПК-11);  |
|          | подбирать средства и методы развития физических способностей и обучения новым двигательным действиям исходя из нарушенных или навсегда утраченных функций (ПК-13);   |
|          | использовать методы измерения и оценки физического развития и функционального состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья; использовать методы оценки психического состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья; применять методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей (ПК-14); |
|          | выявлять и эффективно использовать нозологически обусловленные возможности ученика, с целью оптимального обеспечения самостоятельной бытовой и общественно-необходимой активности, в том числе, в процессе самообучения (ПК-3, ПК-16, ПК-20);  |
|          | выявлять резервы скрытых возможностей формирования качественно нового более высокого от исходного уровня общественной активности ученика (ПК-17);  |
|          | подбирать средства и методы развития физических способностей и обучения новым двигательным действиям исходя из нарушенных или навсегда утраченных функций (ПК-19, ПК-22);  |
|          | выполнять простейшие функциональные пробы, анализировать полученные результаты, интерпретировать их применительно к задачам физической тренировки (ПК-21);   |
|          | применять средства, формы и методы комплексной реабилитации при различных заболеваниях и травмах; ориентироваться в методах реабилитации после выполнения физических нагрузок (ПК-15);   |
| Владеть: | способами обеспечения условий для наиболее полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением или временной утратой функций организма человека (ОПК-4);  |
|          | умением планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся (ОПК -5);   |
|          | методами предотвращения возможности появления и (или) прогрессирования сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, обусловленных (провоцируемых) основным дефектом (ОПК-10);   |
|          | алгоритмом создания необходимых условий для недопущения негативных социальных явлений в жизни лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-6);  |
|          | методами, приемами проведения комплексов физических упражнений, применения физических факторов воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций, развития оставшихся функций, предупреждения прогрессирования основного заболевания (ПК-11);                         |
|          | средствами, методами, приемами, техническими средствами и тренажерами для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения, воспитания и развития (тренировки) лиц с ограниченными возможностями здоровья (ПК-13);  |
|          | методами измерения и оценки физического развития и функционального состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья; методами оценки психического состояния лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья (ПК-14);   |

|   |
|---|
| теоретическими знаниями и практическими умениями по применению современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-16);  |
| навыками рационального использования специальной аппаратуры и приборов, используемых в практике врачебного контроля (ПК-21);  |
| приемами выявления резервов скрытых возможностей ученика, а также средствами и способами формирования качественно нового более высокого от исходного уровня его общественной активности (ПК-17);  |
| методами предотвращения возможности появления и (или) прогрессирования сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, обусловленных (провоцируемых) основным дефектом (ПК-20).   |
| методами, приемами проведения комплексов физических упражнений, применения физических факторов воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций, развития оставшихся функций, предупреждения прогрессирования основного заболевания (ПК-19, ПК-22); |
| методиками физической реабилитации лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; способами использования средств и методов реабилитации в зависимости от выполненной физической нагрузки (ПК-15).   |

### 1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

#### *очная форма обучения*

| Вид учебной работы                        | Всего часов             | Семестр    |
|---|-------------------------|------------|
|   |                         | 4          |
| <b>Аудиторные занятия (всего)</b>         | <b>60</b>               | <b>60</b>  |
| В том числе:                              |                         |            |
| Лекции                                    | 10                      | 10         |
| Практические занятия (ПЗ)                 | 36                      | 36         |
| Семинары (С)                              | 14                      | 14         |
| Лабораторные работы (ЛР)                  |                         |            |
| <b>Самостоятельная работа (всего)</b>     | <b>84</b>               | <b>84</b>  |
| В том числе:                              |                         |            |
| Подготовка реферата                       | 10                      | 10         |
| <i>Другие виды самостоятельной работы</i> |                         | -          |
| Теоретическая подготовка к занятиям       | 10                      | 10         |
| Подготовка к деловой игре                 | 4                       | 4          |
| Выполнение письменной домашней работы     | 8                       | 8          |
| Подготовка к устному опросу               | 8                       | 8          |
| Подготовка творческого задания            | 8                       | 8          |
| Подготовка и сдача <b>Экзамена</b>        | <b>36</b>               | <b>36</b>  |
| <b>Общая трудоемкость</b>                 | <b>часы</b>             | <b>144</b> |
|   | <b>зачетные единицы</b> | <b>4</b>   |
| <b>Интерактивные формы обучения</b>       | <b>12</b>               | <b>12</b>  |

#### *заочная форма обучения*

| Вид учебной работы                | Всего часов | семестры  |
|-----------------------------------|-------------|-----------|
|                                   |             | 9         |
| <b>Аудиторные занятия (всего)</b> | <b>16</b>   | <b>16</b> |
| В том числе:                      |             |           |
| Лекции                            | 4           | 4         |
| Практические занятия (ПЗ)         | 6           | 6         |
| Семинары (С)                      | 6           | 6         |
| Лабораторные работы (ЛР)          | -           |           |

|  |                         |            |            |
|--|-------------------------|------------|------------|
| <b>Самостоятельная работа (всего)</b>            |                         | <b>128</b> | <b>128</b> |
| В том числе:                                     |                         |            |            |
| Подготовка реферата                              |                         | 10         | 10         |
| <i>Другие виды самостоятельной работы</i>        |                         |            |            |
| Теоретическая подготовка к занятиям              |                         | 8          | 8          |
| Подготовка к деловой игре                        |                         | 6          | 6          |
| Выполнение письменной домашней работы            |                         | 10         | 10         |
| Подготовка к устному опросу                      |                         | 8          | 8          |
| Подготовка творческого задания                   |                         | 10         | 10         |
| Выполнение контрольной работы                    |                         | 20         | 20         |
| Подготовка конспекта фрагмента урока             |                         | 10         | 10         |
| Оформление эссе по просмотренному видеоматериалу |                         | 10         | 10         |
| Подготовка и сдача <u>Экзамена</u>               |                         | <b>36</b>  | <b>36</b>  |
| Вид промежуточной аттестации                     |                         |            |            |
| <b>Экзамен</b>                                   |                         |            |            |
| <b>Общая трудоемкость</b>                        | <b>часы</b>             | <b>144</b> | <b>144</b> |
|  | <b>зачетные единицы</b> | <b>4</b>   | <b>4</b>   |
| <b>Интерактивные формы обучения</b>              |                         | <b>4</b>   | <b>4</b>   |