Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИН (МОДУЛЕЙ)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

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

Направленность (профиль) образовательной программы:
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/Заочная

Санкт-Петербург 2022

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00B6979C24AFC49EB8F3F888A0181C2E9D
Владелец: Соловьев Василий Борисович
Действителен: с 01.08.2023 до 24.10.2024

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеевца

Рабочая программа дисциплины (модуля)

История (история России, всеобщая история)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«31» августа 2022 г., протокол №1

Зав. кафедрой _____ **Пыж В.В.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол №01

Авторы-разработчики:
д. полит. н., профессор Пыж В.В.
к.и.н. доцент Кислицына И.Л.

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения, на 1 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***экзамен.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
УК-5	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
Межкультурное взаимодействие УК-5	**УК-5.1. Знает:** - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека, в том числе, с инвалидностью, и общества, политические концепции; - различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основные этапы и важнейшие события истории России; - роль в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; - геополитическое положение России, ее национальные задачи во внешней политике; - роль и место российской цивилизации во всемирном историческом процессе. **УК-5.2. Умеет:** - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля;	**Знания:** - закономерностей и особенностей развития исторического процесса, его движущих сил, роли человека в нем; - основных исторических форм взаимодействия человека, в том числе с инвалидностью, и общества, политических концепций; - различных подходов к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основных этапов и важнейших событий истории России; - роли в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; - геополитического положения России, ее национальных задач во внешней политике; - роли и места российской цивилизации во всемирном историческом процессе. **Умения:** - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля;

	- формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности. **УК-5.3. Имеет опыт:** - анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов.	- формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности. **Навыки:** - имеет опыт анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		46	46							
В том числе:										
Занятия лекционного типа		20	20							
Занятия семинарского типа (семинары)		44	44							
Промежуточная аттестация (экзамен)		18	18							
Самостоятельная работа студента		62	62							
Общая трудоемкость	**Часы**	144	144							
	зачетные единицы	4	4							

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		12	12								
В том числе:											
Занятия лекционного типа		6	6								
Занятия семинарского типа (семинары)		6	6								
Промежуточная аттестация (экзамен)		9	9								
Самостоятельная работа студента		123	123								
В том числе контрольная работа		12	12								
Общая трудоемкость	**часы**	144	144								
	зачетные единицы	4	4								

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	**ИСТОРИЯ В СИСТЕМЕ СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНЫХ НАУК. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИСТОРИЧЕСКОЙ НАУКИ. РАЗВИТИЕ ПЕРВОБЫТНОГО ОБЩЕСТВА.**	Объект, предмет, методология исторической науки, принципы исторического анализа. Понятие исторического источника, виды исторических источников, методы исторического познания. Основные этапы и концепции в развитии исторической науки. Закономерности и особенности исторического развития общества. Эпоха первобытности, единство антропо- и социогенеза. Этапы развития первобытного общества, палеолитическая и неолитическая революции, возникновение и развитие производящего хозяйства и общественного разделения труда, классо- и политогенез. Значение первобытной культуры в историческом развитии общества.	Знания: - закономерностей и особенностей развития исторического процесса, его движущих сил, роли человека в нем; - основных исторических форм взаимодействия человека и общества, в том числе, с инвалидностью; - различных подходов к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории. Умения: - выделять стержень и понимать сущность исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; Навыки: - имеет опыт анализа исторических источников, общественных процессов.
2.	**ИСТОРИЯ ДРЕВНЕГО МИРА.**	Основные модели развития традиционных обществ – азиатская и античная. Цивилизации Древнего Востока. Древний Египет. Персидская держава. Вавилония. Хеттское царство. Ассирия, Финикия и Палестина в древности. Древняя Индия, возникновения буддизма. Древний Китай,	Знания: - закономерностей и особенностей развития исторического процесса, его движущих сил, роли человека в нем; - основных исторических форм взаимодействия человека и общества, в том числе, с инвалидностью, политических концепций;

		возникновение конфуцианства и даосизма. Античная цивилизационная модель. Древняя Греция. Эллинизм. Древний Рим. Причины кризиса и упадка Древнеримской цивилизации. Историческое значение культурных достижений римлян. Возникновение христианства. Роль античной цивилизации в мировом историческом процессе.	- различных подходов к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории. Умения: - выделять стержень и понимать сущность исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий. Навыки: - имеет опыт анализа исторических источников, общественных процессов.
3.	**СРЕДНЕВЕКОВЬЕ КАК СТАДИЯ ИСТОРИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА В ЗАПАДНОЙ ЕВРОПЕ, РОССИИ (РУСИ) И НА ВОСТОКЕ.**	Понятие Средние века в исторической науке, периодизации истории Средневековья. Социальные и политические институты средневекового общества. Особенности европейского и восточного Средневековья. Роль религии и духовенства в средневековых обществах Запада и Востока. Влияние античной традиции на политическую жизнь Византийская цивилизация. Исламская цивилизация. Возникновение ислама. Арабские завоевания и образование Халифата, этапы его развития. Цивилизационное значение арабской культуры. Средневековая индийская цивилизация, общинно-кастовый строй. Европа в	Знания: - закономерностей и особенностей развития исторического процесса, его движущих сил, роли человека в нем; - основных исторических форм взаимодействия человека и общества, в том числе, с инвалидностью, политических концепций; - различных подходов к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основных этапов и важнейших событий истории России; - роли в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; - геополитического положения России, ее национальных задач во внешней политике; роли и места российской цивилизации во всемирном историческом процессе.

		период раннего Средневековья. Франкская держава. Северная Европа в эпоху «викингов». Этнокультурные, экономические и социально- политические процессы становления русской государственности. Формирование двух центров древнерусской государственности и их объединение. Раннефеодальное государство Киевская Русь, этапы его развития. Взаимоотношения Руси с кочевыми народами, Византией, западным миром. Крещение Руси и его историческое значение. Возникновение и развитие феодальной собственности на землю и феодальных отношений в Древней Руси, древнерусское законодательство. Распад Древнерусского государства на отдельные самостоятельные земли и княжества, его причины, ход и последствия. Развитие русских земель в период раздробленности. Завершение формирования древнерусской народности. Монголо-татарское нашествие и иго на Руси, его исторические последствия. Борьба Руси с западными рыцарями в XIII в. и ее историческое значение. Культура Древней Руси. Европа в период зрелого Средневековья. Европейский Ренессанс, Великие географические открытия, движение Реформации, его основные направления и историческое значение. Первые буржуазные революции в Европе. Эволюция русской государственности в контексте европейского развития.	Умения: - выделять стержень и понимать сущность исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий. Навыки: - имеет опыт анализа исторических источников, политически программ, общественных событий.

		Образование единого Российского государства (XIV – начало XVI в.). Причины и предпосылки объединения русских земель вокруг Москвы: военно-политические, социально-экономические, социокультурные. Этапы объединения русских земель. Освобождение от ордынской зависимости. Социально-экономическое и общественно-политическое устройство Российского государства на рубеже XV – XVI вв. Эволюция феодальной собственности на землю и феодальных отношений, возникновение и развитие государственной поместной системы, процесс закрепощения крестьян, образование единой административно-судебной системы. Геополитическое положение, задачи и основные направления внешней политики Русского государства на рубеже XV–XVI вв. Историческое значение образования единого Российского государства. Иван Грозный: поиск альтернативных путей социально-политического развития Руси. Усиление государственной централизации и формирование институтов сословно-представительной монархии, опричнина и ее последствия. «Смутное время» – общенациональный кризис, ослабление государственных начал. Феномен самозванства. Угроза утраты государственной самостоятельности Руси. Организация общества на борьбу с польско-литовской интервенцией. Итоги и последствия Смутного	

		времени. Развитие России в XVII в. после Смуты. Завершение формирования системы крепостного права, борьба народа против феодальной эксплуатации и закрепощения. Эволюция сословно-представительной монархии, начало формирования абсолютизма. Реформы патриарха Никона, изменение положения церкви в государстве. Внешняя политика Московского государства в XVII в. Развитие русской культуры в XVI – XVII вв.	
4.	**РОССИЯ И МИР В XVIII–XIX вв.: ПОПЫТКИ МОДЕРНИЗАЦИИ И ПРОМЫШЛЕННЫЙ ПЕРЕВОРОТ. РОССИЯ (СССР) И МИР В ПЕРВОЙ ПОЛОВИНЕ XX в.**	Абсолютная монархия в рамках национального государства – основной тип социально-политической организации постсредневекового общества. Европейский абсолютизм и восточная деспотия. Особенности российского абсолютизма. Преобразования Петра I в сфере государственного устройства, развития сословных отношений, экономики, духовной культуры. Методы петровских преобразований. Народные движения в России в первой четверти XVIII в. Историческое значение реформ Петра I. Основные тенденции развития русского общества и государства в период «дворцовых переворотов». Социально-экономическое и общественно-политическое развитие России во второй половине XVIII в.: возникновение капиталистического уклада в экономике, максимальное ужесточение крепостного права, «золотой век» русского дворянства. Политика «просвещенного абсолютизма» как закономерный этап в развитии абсолютных	Знания: - закономерностей и особенностей развития исторического процесса, его движущих сил, роли человека в нем; - основных исторических форм взаимодействия человека, в том числе с инвалидностью, и общества, политических концепций; - подходов к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основных этапов и важнейших событий истории России; - роли в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; - роли и места российской цивилизации во всемирном историческом процессе; - геополитического положения России, ее национальных задач во внешней политике; роли и места российской цивилизации во всемирном историческом процессе. Умения: - выделять стержень и понимать сущность исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы;

		монархий. Сущность, содержание и значение политики «просвещенного абсолютизма» Екатерины II. Народные движения в России во второй половине XVIII в., превращение крестьянского вопроса в главный вопрос общественного развития России. Зарождение идей гражданского общества и правового государства. Западноевропейское Просвещение. Промышленный переворот. Образование США. Великая Французская революция. Наполеоновские войны. Буржуазные революции середины XIX века в странах континентальной Европы. Кризис самодержавно-крепостнической системы в первой половине – середине XIX в. Рост крестьянского движения и зарождение освободительного движения русской интеллигенции: движение декабристов, либерально-буржуазное направление (западники и славянофилы), революционно-демократическое течение. Основные задачи внешней политики Российского государства в первой половине – середине XIX в. «Эпоха Великих реформ» 1860 – 1870-х гг. и ее историческое значение. Утверждение и развитие капитализма в России в пореформенный период. Общественное движение в России во второй половине XIX – начале XX в.: народничество, либерально-буржуазное и консервативное направления, возникновение и развитие рабочего движения. Основные задачи внешней	- давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности. Навыки: - имеет опыт анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов.

		политики России во второй половине XIX в. – начале XX в. Первая русская революция: ее причины, основные этапы, итоги и историческое значение. Первая мировая война как глобальный конфликт мировой цивилизации. Россия в Первой мировой войне. Революция и Гражданская война (1917 – 1922) в России. Образование СССР и развитие страны в условиях НЭПа (1921 – 1928), форсированная модернизация советского общества (середина 1920-х – 1930-е гг.): Модернизация экономики: индустриализация производства и коллективизация сельского хозяйства, культурные преобразования советской власти. Формирование советской тоталитарной системы. Альтернативы развития западной цивилизации в конце 20-х – 30-е гг. XX в. Лига Наций. Адаптация советского государства на мировой арене. СССР и великие державы. Коминтерн как орган всемирного революционного движения. Рабочий Социалистический Интернационал и парламентский путь к социализму. Антикоминтерновский пакт и секретное соглашение. Капиталистическая мировая экономика в межвоенный период. Государственно-монополистический капитализм, кейнсианство. Общее и особенное в экономическом развитии развитых капиталистических государств в первой половине XX в. Мировой	

		экономический кризис 1929 - 1933 гг. и Великая депрессия. Альтернативные пути выхода из кризиса. Идеологическое обновление капитализма под влиянием социалистической угрозы: консерватизм, либерализм, социал-демократия, итальянский и испанский фашизм и германский национал-социализм (фашизм). Приход фашизма к власти в Германии. «Новый курс» Ф. Рузвельта. «Народные фронты» в Европе. Дискуссии о тоталитаризме в современной историографии. Внешняя политика советского государства в период 1917 – 1941 гг.	
5	**ВТОРАЯ МИРОВАЯ ВОЙНА КАК ВОЗМОЖНОСТЬ ЦИВИЛИЗАЦИОННОЙ КАТАСТРОФЫ. ГЕОПОЛИТИЧЕСКИЕ УРОКИ И ИТОГИ ВТОРОЙ МИРОВОЙ И ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ. СССР (РОССИЯ) И МИР ВО ВТОРОЙ ПОЛОВИНЕ XX - НАЧАЛЕ XXI вв.**	Международный кризис 1939–1941 гг. Причины, предпосылки и ход Второй мировой войны. СССР во Второй мировой и Великой Отечественной войне. Первый период Великой Отечественной войны и второй период Второй мировой войны: (22 июня 1941 г. – 18 ноября 1942 г.). Рост антигитлеровской коалиции. Второй период Великой Отечественной войны и третий этап Второй мировой войны: (19–20 ноября 1942 г. – декабрь 1943 г.) – коренной перелом в ходе Великой Отечественной и Второй мировой войны. Выработка союзниками глобальных стратегических решений по послевоенному переустройству мира. Третий период Великой Отечественной войны и четвертый период Второй мировой войны: (январь 1944 г. – 9 мая 1945 г.). Разгром и капитуляция фашистской Германии. Пятый период Второй мировой войны (июнь –	Знания: - закономерностей и особенностей развития исторического процесса, его движущих сил, роли человека в нем; - основных исторических форм взаимодействия человека, в том числе с инвалидностью, и общества, политических концепций; - различных подходов к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основных этапов и важнейших событий истории России; - роли в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; - геополитического положения России, ее национальных задач во внешней политике; - роли и места российской цивилизации во всемирном историческом процессе. Умения: - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы;

		сентябрь 1945 г.). Разгром и капитуляция милитаристской Японии. Решающий вклад Советского Союза в разгром фашизма. Консолидация советского общества в годы Великой Отечественной войны. Причины и цена Победы. Память народа. Новая система международных отношений в послевоенном мире. Формирование третьего мира: причины и предпосылки, особенности, проблемы. Новые международные организации. Осложнение международной обстановки, распад антигитлеровской коалиции. Начало холодной войны. Создание НАТО. План Маршалла и разделение Европы. Образование социалистического лагеря, создание Совета экономической взаимопомощи (СЭВ) и Организации Варшавского договора (ОВД). Победа революции в Китае и образование КНР. Корейская война 1950-1953 гг. Крах колониальной системы. Революция на Кубе. Усиление конфронтации двух мировых систем. Карибский кризис 1962 г. Война во Вьетнаме. Социалистическое движение в странах Запада и Востока. Научно-техническая революция и ее влияние на ход мирового общественного развития. Гонка вооружений (1945–1991), распространение оружия массового поражения и его роль в международных отношениях. Проблемы мирового общественного развития конца XX в.	- давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности. Навыки: - имеет опыт анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов.

		СССР на завершающем этапе своей истории. Цели и этапы «перестройки» социализма в СССР (1985 – 1991). Внешняя политика СССР в 1985–1991 гг., «новое политическое мышление» и изменение геополитического положения СССР. Конец холодной войны. Вывод советских войск из Афганистана, распад СЭВ и кризис мировой социалистической системы. ГКЧП и крах социалистического реформаторства в СССР. Распад СССР и образование СНГ. Внешняя политика Российской Федерации в 1991–1999 гг. Глобализация мирового экономического, политического и культурного пространства. Конец однополярного мира. Повышение роли КНР в мировой экономике и политике. Внешняя политика РФ, региональные и глобальные интересы России. Современные проблемы мирового общественного развития и роль России в их решении. Роль и место российской цивилизации во всемирном историческом процессе.	

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	*Лекция № 1.* **ИСТОРИЯ В СИСТЕМЕ СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНЫХ НАУК. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИСТОРИЧЕСКОЙ НАУКИ. РАЗВИТИЕ ПЕРВОБЫТНОГО ОБЩЕСТВА.** Объект, предмет, методология исторической науки, принципы исторического анализа. Понятие исторического источника, виды исторических источников, методы исторического познания. Основные этапы и концепции в развитии исторической науки. Закономерности и особенности исторического развития общества. Эпоха первобытности и ее периодизация. Единство антропо- и социогенеза. Палеолитическая и неолитическая революции. Возникновение производящего хозяйства, общественного разделения труда, классо- и политогенез. Значение первобытной эпохи в развитии человечества.	2
2.	*Лекция № 2.* **ИСТОРИЯ ДРЕВНЕГО МИРА.** Основные модели развития традиционных обществ – азиатская и античная. Цивилизации Древнего Востока. Древний Египет. Персидская держава. Вавилония. Хеттское царство. Ассирия, Финикия и Палестина в древности. Древняя Индия, возникновения буддизма. Древний Китай, возникновение конфуцианства и даосизма. Античная цивилизационная модель. Древняя Греция. Эллинизм. Древний Рим. Причины кризиса и упадка Древнеримской цивилизации. Историческое значение культурных достижений римлян. Возникновение христианства.	2
3.	*Лекция № 3.* **СРЕДНЕВЕКОВЬЕ КАК СТАДИЯ ИСТОРИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА В ЕВРОПЕ И НА ВОСТОКЕ. ОБРАЗОВАНИЕ И РАЗВИТИЕ ДРЕВНЕРУССКОГО ГОСУДАРСТВА, РУССКИЕ ЗЕМЛИ В ПЕРИОД ПОЛИТИЧЕСКОЙ РАЗДРОБЛЕННОСТИ.** Понятие Средние века, периодизация истории Средних веков. Роль религии и духовенства в средневековых обществах Запада и Востока. Европейское Средневековье. Франкское государство. Влияние античной традиции на Византийскую цивилизацию. Исламская цивилизация. Возникновение ислама. Арабские завоевание и образование Халифата. Цивилизационное значение арабской культуры. Крестовые походы. Средневековая индийская цивилизация. Общинно-кастовый строй. Этнокультурные и социально-политические процессы становления русской государственности. Древнерусское государство в оценках современных историков. Формирование двух центров древнерусской государственности и их объединение. Раннефеодальное государство Киевская Русь, этапы его развития. Взаимоотношения Руси с кочевыми народами, Византией, западным миром.	2

	Крещение Руси и его историческое значение. Возникновение и развитие феодальной собственности на землю и феодальных отношений в Древней Руси, древнерусское законодательство. Культура Киевской Руси. Эволюция древнерусской государственности в XI–XII вв. Распад Древнерусского государства на отдельные самостоятельные земли и княжества, его причины, ход и последствия. Закономерности и особенности распада Киевской Руси. Культура русских земель в период раздробленности. Монголо-татарское нашествие и иго на Руси, борьба Руси с западными рыцарями и ее историческое значение. Культура Древней Руси, культурные влияния Востока и Запада.	
3.	*Лекция № 4.* **ОБРАЗОВАНИЕ ЕДИНОГО РОССИЙСКОГО ГОСУДАРСТВА КАК ЗАКОНОМЕРНЫЙ ЭТАП РАЗВИТИЯ ПОЛИТИЧЕСКИХ СТРУКТУР ФЕОДАЛЬНОГО ОБЩЕСТВА.** Закономерность перехода раздробленных феодальных государственных образований к централизации и единству. Причины и предпосылки образования единых централизованных монархий Западной Европы и Руси: общее и особенное. Причины и предпосылки объединения русских земель: военно-политические, социально-экономические, социокультурные. Причины возвышения Москвы как центра объединения русских земель. Этапы образования единого Российского государства. Социально-экономическое и общественно-политическое устройство Русского государства на рубеже XV – XVI вв.: эволюция феодальной собственности на землю и феодальных отношений, формирование дворянства как опоры центральной власти, процесс закрепощения крестьян, образование единой административно-судебной системы, органов сословно-представительной монархии. Геополитическое положение, задачи и основные направления внешней политики Российского государства на рубеже XV–XVI вв. Историческое значение образования единого Российского государства. Развитие русской культуры в XIV – XV вв.	2
3.	*Лекция № 5.* **РОССИЯ В XVI–XVII ВВ. В КОНТЕКСТЕ РАЗВИТИЯ ЕВРОПЕЙСКОЙ ЦИВИЛИЗАЦИИ.** Ренессанс, Реформация, Великие географические открытия, ранние европейские революции. Развитие российской государственности в контексте европейского развития. Иван Грозный: поиск альтернативных путей социально-политического развития России. Внешняя политика Российского государства в XVI в. «Смутное время» - общенациональный кризис, ослабление государственных начал. Феномен самозванства. Угроза самостоятельности российской государственности. Усиление шляхетско-католической экспансии на Восток. Роль народного ополчения в освобождении Москвы и изгнании чужеземцев. К. Минин и Д. Пожарский. Победа ополчения. Итоги и последствия Смуты. Развитие России в XVII в. после Смуты. Особенности социально-экономического развития: завершение формирования крепостного права (юридическое закрепощение крестьян и посадского населения городов), эволюция сословных отношений и государственного системы, возникновение предпосылок и элементов абсолютизма. Реформа патриарха Никона и раскол русской православной церкви. Народные	2

	движения в России XVII в. Основные задачи и направления внешней политики Российского государства в XVII в. Развитие русской культуры в XVI – XVII вв.	
4.	*Лекция № 6.* **РОССИЯ И МИР В XVIII–XIX вв.: ПОПЫТКИ МОДЕРНИЗАЦИИ ОБЩЕСТВА, ПРОМЫШЛЕННЫЙ ПЕРЕВОРОТ.** Абсолютная монархия в рамках национального государства – основной тип социально-политической организации постсредневекового общества. Абсолютизм и восточная деспотия. Зарождение идей гражданского общества и правового государства. Западноевропейское Просвещение. Промышленный переворот. Образование США. Великая Французская революция. Наполеоновские войны. Буржуазные революции середины 19 века в странах континентальной Европы. Утверждение и развитие абсолютизма в России в XVIII в. Дискуссии по проблеме формировании абсолютизма в России в исторической науке. Особенности российского абсолютизма. Преобразования Петра I в сфере государственного устройства, развития сословных отношений, экономики, духовной культуры. Методы петровских преобразований. Народные движения в России в первой четверти XVIII в. Историческое значение реформ Петра I. Основные тенденции развития русского общества и государства в период «дворцовых переворотов». Социально-экономическое развитие и общественно-политическое развитие России во второй половине XVIII в.: возникновение капиталистического уклада в экономике, максимальное ужесточение крепостного права, «золотой век» русского дворянства. Политика «просвещенного абсолютизма» – закономерный этап в развитии абсолютных монархий. Сущность, содержание и значение политики «просвещенного абсолютизма» Екатерины II. Народные движения в России во второй половине XVIII в., превращение крестьянского вопроса в главный вопрос общественного развития России. Развитие русской культуры в XVIII в. Кризис самодержавно-крепостнической системы в первой половине – середине XIX в. Понятие кризиса крепостничества в современной исторической науке. Начало промышленного переворота в России. Рост крестьянского движения и зарождение освободительного движения русской интеллигенции: движение декабристов, либерально-буржуазное направление (западники и славянофилы), революционно-демократическое течение. Основные задачи внешней политики Российского государства в первой половине – середине XIX в. Развитие русской культуры в первой половине –середине XIX в. «Эпоха Великих реформ» (1860 – 1870). Причины и предпосылки «Великих реформ». Роль либеральной бюрократии в подготовке реформ. Содержание реформ 1860 – 1870-х гг.: крестьянской, местного самоуправления, судебной, образования и военной, их буржуазная сущность и ограниченность, противоречивость. Историческое значение реформ 1860 – 1870-х гг. Утверждение капитализма в России после отмены крепостного права, превращение аграрного вопроса в главный вопрос общественного развития страны, начало эволюции российского абсолютизма в направлении к буржуазной монархии. Возникновение рабочего движения в России. Первый этап отечественной индустриализации. Крестьянский	2

	и рабочий вопрос в политике самодержавия 1880 – 1890-х гг. «контрреформы» в общественно-политической сфере. Особенности развития капитализма в России. Общественное движение в пореформенный период: народничество, либерально-буржуазное и консервативное направления. Основные задачи и направления внешней политики России во второй половине XIX – начале XX в. развитие русской культуры во второй половине XIX – начале XX в.	
4.	*Лекция № 7.* **РОССИЯ (СССР) И МИР В ПЕРВОЙ ПОЛОВИНЕ XX в.** Эпоха империализма. Первая мировая война как глобальный конфликт мировой цивилизации. Россия в Первой мировой войне. Революция и Гражданская война в России (1917 – 1921). Причины победы советской власти. Политика «военного коммунизма». Начало формирования однопартийной политической системы. Первая волна русской эмиграции: центры, идеология, политическая деятельность, лидеры. Современная отечественная и зарубежная историография о причинах, содержании и последствиях общенационального кризиса в России и революции в России в 1917 г. Образование СССР и развитие страны в условиях НЭПа (1921 – 1928), форсированная модернизация советского общества (середина 1920-х – 1930-е гг.). Модернизация экономики: индустриализация производства и коллективизация сельского хозяйства, ее причины, задачи, этапы, особенности, итоги и историческое значение. Формирование советской тоталитарной системы. Альтернативы развития западной цивилизации в конце 20-х –в 30-е годы XX в. Лига Наций. Адаптация Советской России на мировой арене. СССР и великие державы. Коминтерн как орган всемирного революционного движения. Рабочий Социалистический Интернационал и парламентский путь к социализму. Антикоминтерновский пакт и секретное соглашение. Капиталистическая мировая экономика в межвоенный период. Мировой экономический кризис 1929 г. и Великая депрессия. Общее и особенное в экономической истории развитых стран в 20-е г. XX в. Государственно-монополистический капитализм. Кейнсианство. Альтернативные пути выхода из кризиса. Идеологическое обновление капитализма под влиянием социалистической угрозы: консерватизм, либерализм, социал-демократия, итальянский фашизм и германский национал-социализм (фашизм). Приход фашизма к власти в Германии. «Новый курс» Ф. Рузвельта. «Народные фронты» в Европе. Дискуссии о тоталитаризме в современной историографии. Внешняя политика советского государства в период 1917 – 1941 гг.	2
5.	*Лекция № 8.* **ВТОРАЯ МИРОВАЯ ВОЙНА КАК ВОЗМОЖНОСТЬ ЦИВИЛИЗАЦИОННОЙ КАТАСТРОФЫ. ВЕЛИКАЯ ОТЕЧЕСВЕННАЯ ВОЙНА СОВЕТСКОГО СОЮЗА. ГЕОПОЛИТИЧЕСКИЕ УРОКИ И ИТОГИ ВТОРОЙ МИРОВОЙ И ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ.** Советская внешняя политика. Современные споры о международном кризисе 1939–1941 гг. Причины, предпосылки и ход Второй мировой войны. Первый период Великой Отечественной войны и второй период Второй мировой войны (22 июня 1941 г. –ноябрь 1942 г.).	

	Второй период Великой Отечественной войны и третий этап Второй мировой войны. (19–20 ноября 1942 г. –декабрь 1943 г.) – коренной перелом в ходе Великой Отечественной и Второй мировой войны. Создание антигитлеровской коалиции. Выработка союзниками глобальных стратегических решений по послевоенному переустройству мира (Тегеранская, Ялтинская, Потсдамская конференции). Третий период Великой Отечественной войны и четвертый период Второй мировой войны (январь 1944 г. –9 мая1945 г.). Разгром и капитуляция фашистской Германии. Пятый период Второй мировой войны (июнь-сентябрь 1945 г.). Разгром и капитуляция милитаристской Японии. Решающий вклад Советского Союза в разгром фашизма. Консолидация советского общества в годы войны. Причины и цена победы. Память народа. Лесгафтовцы на службе Отечеству в годы Великой Отечественной войны.	2
5.	*Лекция № 9.* **СССР (РОССИЯ) И МИР ВО ВТОРОЙ ПОЛОВИНЕ XX в.** Международные отношения в послевоенном мире. Формирование третьего мира: предпосылки, особенности, проблемы. Новые международные организации. Осложнение международной обстановки, распад антигитлеровской коалиции. Образование мировой социалистической системы. Начало «холодной войны». План Маршалла и разделение Европы. Создание НАТО. Образование Совета экономической взаимопомощи (СЭВ) и Организации Варшавского договора. Победа революции в Китае и образование КНР. Корейская война 1950-1953 гг. Крах колониальной системы. Революция на Кубе и усиление конфронтации двух мировых систем. Карибский кризис 1962 г. Война во Вьетнаме. Социалистическое движение в странах Запада и Востока. Научно-техническая революция и ее влияние на ход мирового общественного развития. Гонка вооружений (1945–1991), распространение оружия массового поражения и его роль в международных отношениях. Мировые проблемы общественного развития конца XX века. СССР на завершающем этапе своей истории. Цели и этапы перестройки социализма в СССР. Внешняя политика СССР в 1985–1991 гг., «новое политическое мышление» и изменение геополитического положения СССР. Конец «холодной войны». Вывод советских войск из Афганистана. Распад СЭВ и кризис мировой социалистической системы. ГКЧП и крах социалистического реформаторства в СССР. Распад СССР и образование СНГ. Внешняя политика Российской Федерации в 1991–1999 гг.	2
5.	*Лекция № 10.* **РАЗВИТИЕ РОССИИ И МИРА В ПЕРВЫЕ ДЕСЯТИЛЕТИЯ XXI в.** Глобализация мирового экономического, политического и культурного пространства. Конец однополярного мира. Повышение роли КНР в мировой экономике и политике. Внешняя политика РФ, региональные и глобальные интересы России. Современные проблемы человечества и роль России в их решении. Роль и место российской цивилизации во всемирном историческом процессе.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	*Лекция № 1.* **ИСТОРИЯ В СИСТЕМЕ НАУК, ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИСТОРИЧЕСКОЙ НАУКИ. РАЗВИТИЕ ПЕРВОБЫТНОГО ОБЩЕСТВА.** Определение исторической науки, объект, предмет, цель и задачи исторического знания. Функции исторической науки. Понятие исторического источника, виды исторических источников, методы исторического исследования. Основные этапы развития исторической науки. Принципы современного научного исследования исторического процесса. Периодизация всемирной и отечественной истории. Закономерности и особенности исторического развития общества. Понятие первобытного общества, эпоха первобытности и ее периодизация. Палеолит, мезолит, неолит. Древнейший тип хозяйства - присваивающее хозяйство как единственный, а затем основной тип хозяйственной деятельности людей первобытной эпохи. Особенности культуры первобытного общества. Проявление закономерностей общественного развития в первобытный период истории человечества. Единство антропо- и социогенеза. Палеолитическая и неолитическая революции, их значение в развитии общества. Возникновение производящего хозяйства, общественного разделения труда, классо- и политогенез. Значение первобытного периода в историческом развитии общества.	2
2,3,4	*Лекция № 2.* **ОСНОВНЫЕ МОДЕЛИ РАЗВИТИЯ ТРАДИЦИОННЫХ ОБЩЕСТВ – ВОСТОЧНАЯ И ЗАПАДНАЯ. СРЕДНЕВЕКОВЬЕ КАК СТАДИЯ ИСТОРИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА В ЕВРОПЕ И НА ВОСТОКЕ. РУССКОЕ ОБЩЕСТВО И ГОСУДАРСТВО В ПЕРИОД ФЕОДАЛИЗМА. ОСОБЕННОСТИ РОССИЙСКОЙ МОДЕЛИ РАЗВИТИЯ КАПИТАЛИЗМА.** Древневосточные цивилизации. Древний Египет. Персидская держава. Вавилония. Хеттское царство. Ассирия, Финикия и Палестина в древности. Древняя Индия, возникновения буддизма. Древний Китай, возникновение конфуцианства и даосизма. Античная цивилизационная модель. Древняя Греция. Эллинизм. Древний Рим. Причины кризиса и упадка Древнеримской цивилизации. Историческое значение культурных достижений римлян. Возникновение христианства. Понятие Средние века, периодизация истории Средних веков. Роль религии и духовенства в средневековых обществах Запада и Востока. Особенности европейского и восточного Средневековья, влияние античной традиции на Византийскую цивилизацию. Возникновение ислама, арабские завоевание и образование Арабского Халифата, цивилизационное значение арабской культуры. Средневековый Китай, причины расцвета китайской средневековой цивилизации и последующего замедления ее развития. Средневековая индийская цивилизация. Западное Средневековье. Франкское государство. Развитие европейских народов и государств в период раннего, среднего и позднего Средневековья. Этнокультурные, социально-экономические и политические процессы становления и развития русской государственности в период Средневековья. Раннефеодальное государство Киевская Русь, этапы его развития. Крещение Руси, цивилизационное значение принятия Русью христианства. Возникновение и развитие феодальной собственности на землю и феодальных отношений в Древней Руси. Распад Древнерусского государства на отдельные самостоятельные земли и княжества, его причины, ход и последствия. Монголо-татарское нашествие и иго на	2

	Руси, борьба Руси с западными рыцарями и ее историческое значение. Культура Древней Руси. Образование единого Российского государства (XIV – начало XVI в.) и его развитие в XVI – XVII вв.: эволюция феодальной собственности на землю, феодальных отношений, процесс закрепощения крестьян, формирование и развитие сословно-представительной монархии. Утверждение и развитие абсолютизма в России, превращение России в великую мировую державу. Кризис самодержавно-крепостнической системы в первой половине – середине XIX в. «Великие реформы» 1860-1870-х гг., их сущность и историческое значение. Особенности развития западного и российского капитализма.	
5,6	*Лекция № 3.* **РОССИЯ И МИР В XX – ПЕРВЫЕ ДЕСЯТИЛЕТИЯ XXI в.** Эпоха империализма, обострение борьбы за передел мира между великими державами. Первая мировая война как глобальный конфликт мировой цивилизации. Русско-японская война (1904 –1905) и ее последствия. Революция 1905 – 1907 гг. в России, реформы П.А. Столыпина. Первая мировая война как глобальный конфликт мировой цивилизации. Революция и Гражданская война в России (1917 – 1922), причины победы советской власти. Образование СССР и развитие страны в условиях НЭПа (1921 – 1928), форсированная модернизация советского общества (середина 1920-х – 1930-е гг.), формирование советской тоталитарной системы. Альтернативы развития западной цивилизации в конце 20-х –в 30-е годы XX в. Капиталистическая мировая экономика в межвоенный период, мировой экономический кризис 1929 г. и Великая депрессия. Альтернативные пути выхода из кризиса. Идеологическое обновление капитализма под влиянием социалистической угрозы: консерватизм, либерализм, социал-демократия, «новый курс» Ф. Рузвельта, приход к власти фашистов в Германии. Германский, итальянский и испанский фашизм. «Народные фронты» в Европе. Причины, предпосылки и этапы Второй мировой войны. Первый период Второй мировой войны (сентябрь 1939 г. – июнь 1941), начало формирования антигитлеровской коалиции. Первый период Великой Отечественной войны и второй период Второй мировой войны (22 июня 1941 г. – 18 ноября 1942 г.). Второй период Великой Отечественной войны и третий этап Второй мировой войны. (19–20 ноября 1942 г. – декабрь 1943 г.) – коренной перелом в ходе Великой Отечественной и Второй мировой войны. Третий период Великой Отечественной войны и четвертый период Второй мировой войны (январь 1944 г. – 9 мая1945 г.) – разгром и капитуляция фашистской Германии. Пятый период Второй мировой войны (июнь-сентябрь 1945 г.). Разгром и капитуляция милитаристской Японии. Решающий вклад Советского Союза в разгром фашизма. Консолидация советского общества в годы войны. Причины и цена победы. Память народа. Изменение международной обстановки после разгрома фашистской Германии и ее союзников, распад антигитлеровской коалиции. Образование мировой социалистической системы, начало «холодной войны». Принципы международных отношений в послевоенном мире. План Маршалла и разделение Европы. Создание НАТО. Образование Совета экономической взаимопомощи (СЭВ) и Организации Варшавского договора. Победа революции в Китае и образование КНР. Корейская война 1950-1953 гг. Развитие международных отношений и крах колониальной системы. Революция на Кубе и усиление конфронтации двух мировых систем. Карибский кризис 1962 г. Война во Вьетнаме. Социалистическое движение в странах Запада и Востока. Научно-техническая революция и ее влияние на ход мирового общественного развития. Гонка вооружений, распространение оружия массового поражения и его роль в международных отношениях. Мировые проблемы общественного развития конца XX века. СССР на завершающем этапе своей истории. «Перестройка» в СССР, ее цели, этапы и итоги, внешняя политика советского государства в 1985–1991 гг., «новое политическое мышление», изменение геополитического положения СССР, вывод советских войск из Афганистана. Распад СЭВ и кризис мировой	2

	социалистической системы. ГКЧП и крах социалистического реформаторства. Образование и развитие современной Российской Федерации. Социально-экономическое, общественно-политическое развитие и внешняя политика России в конце XX – первые десятилетия XXI в. Глобализация мирового экономического, политического и культурного пространства, конец однополярного и формирование многополярного мира. Проблемы современного развития России и мирового общественного развития и пути их решения.	

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	*Семинар № 1.* **Методологические основы исторической науки. Развитие первобытного общества.** 1. История как наука, функции исторической науки. 2. Понятие исторического источника, классификация исторических источников и принципы их анализа. 3. Основные методологические концепции в развитии исторического знания. 4. Закономерности общественного развития. 5. Возникновение человека и общества. 6. Развитие человечества в период палеолита, палеолитическая революция. 7. Период мезолита и его значение в развитии первобытного общества. 8. Неолит и неолитическая революция, ее сущность, содержание и значение в историческом развитии общества. 9. Значение первобытной эпохи в развитии человечества.	2
2.	*Семинар № 2.* **Великие цивилизации Древнего Востока: общее и особенное.** 1. Общая характеристика древневосточных цивилизаций. 2. Основные исторические этапы развития социально-экономическая и государственно-политическая специфика Древнего Египта. 3. Основные исторические этапы развития социально-экономическая и государственно-политическая специфика Древнего Египта. 4. Основные исторические этапы, социально-экономическая и государственно-политическая специфика Древней Месопотамии. 5. Основные исторические этапы, социально-экономическая и государственно-политическая специфика Древней Индии, возникновение буддизма. 6. Основные исторические этапы, социально-экономическая и государственно-политическая специфика Древнего Китая, возникновение конфуцианства и даосизма. 7. Значение великих древневосточных цивилизаций в развитии человечества.	2
2.	*Семинар № 3.* **Античная цивилизация: Древняя Греция и Древний Рим.** 1. Общая характеристика Античного мира, специфика древнегреческой и древнеримской цивилизаций. 2. Раннеклассовые общества и первые государственные образования на территории Древней Греции: крито-ахейский период. 3. Формирование и расцвет древнегреческих полисов – городов-государств в XI – IV вв. до н. э. 4. Походы Александра Македонского. 5. Эллинизм как синтез античной и древневосточной культур. 6. Возникновение древнеримской цивилизации: «доримский» период истории Древнего Рима. 7. История Древнего Рима: период республики. 8. История Древнего Рима: период империи.	2

	9. Вклад античной цивилизации в мировой исторический процесс.	
3.	*Семинар № 4.* **Раннее европейское Средневековье.** 1. Понятие Средние века в исторической науке. 2. Периодизация истории Средних веков и особенности раннего европейского Средневековья. 3. Великое переселение народов. 4. Германские племена в период разложения родоплеменного строя и начала формирования классового общества. 5. Франкская держава и ее значение в истории европейской цивилизации. 6. «Эпоха викингов» в Северной Европе. 7. Англия в период раннего Средневековья. 8. Испания в период раннего Средневековья. 9. Социальные и политические институты средневекового общества. 10. Христианская церковь в период раннего Средневековья. 11. Крестовые походы. 12. Культура раннего европейского Средневековья.	2
3.	*Семинар № 5.* **Византийская империя. Возникновение ислама. Арабские завоевания и образование Халифата.** 1. Восточная Римская империя – Византия: особенности социально-экономического развития, политического устройства и культуры Византии, политические и культурные связи Руси с Византией. 2. Возникновение ислама. 3. Арабские завоевания VII – IX вв., образование и развитие Халифата. 4. Освободительная борьба народов Средней Азии, Ирана и Закавказья против арабского господства. 5. Образование арабских государств на Ближнем и Среднем Востоке и в Северной Африке. 6. Арабская культура раннего Средневековья.	2
3.	*Семинар № 6.* **Образование и развитие Древнерусского государства, русские земли в период раздробленности.** 1. Восточные славяне в древности, образование государственности у восточных славян. 2. Социальная сущность Древнерусского государства и основные этапы его развития. 3. Распад Древнерусского государства на отдельные самостоятельные княжества. 4. Русские земли в период раздробленности. 5. Монголо-татарское нашествие и иго на Руси, борьба русского народа против ордынских завоевателей. 6. Борьба Руси против западноевропейских рыцарей в XIII в. и ее историческое значение. 7. Развитие древнерусской культуры.	2
3.	*Семинар № 7.* **Образование единого Российского государства (XIV – начало XVI в.), его общественно-политическое устройство и внешняя политика на рубеже XV – XVI вв.** 1. Северо-Восточная Русь на рубеже XIII – XIV вв. 2. Причины образования единого Российского государства: общее и причинами формирования западных централизованных монархий и особенное. 3. Причины возвышения Москвы как центра объединения русских земель. 4. Этапы объединения русских земель вокруг Москвы. 5. Куликовская битва и ее значение в процессе образования единого Российского государства. 6. Феодальная война (1425 – 1453).	2

	7. Завершающий период объединения русских земель вокруг Москвы: рост территории, общественно-политическое устройство и внешняя политика Русского государства на рубеже XV – XVI вв. 8. Развитие феодальной собственности на землю и феодальных отношений, процесс закрепощения крестьян в период формирования единого Российского государства. 9. Русская культура XIV – начала XVI в. 10. Историческое значение образования единого Российского государства.	
3.	*Семинар № 8.* **Восток в Средние века. Средневековые Китай, Япония, Индия. Образование Османской империи и ее завоевания.** 1. Особенности восточного Средневековья. 2. Китай в Средние века: особенности политического устройства и социально-экономического развития. 3. Индия в Средние Века: особенности политического устройства и социально-экономического развития. 4. Япония в Средние Века: особенности политического устройства и социально-экономического развития. 5. Образование Османской империи и ее расширение в XV – XVII вв.	2
3.	*Семинар № 9.* **Возрождение и Реформация в Европе. Великие географические открытия и их историческое значение.** 1. Возрождение (Ренессанс) как социокультурный феномен. 2. Проторенессанс в Италии (XIII – XIV вв.). 3. Ренессанс в Европе XV – XVI вв. 4. Великие географические открытия и их значение в развитии Европы и мировом историческом процессе. 5. Содержание и сущность понятия Реформация. 6. Основные направления Реформации. 7. Историческое значение движения Реформации. 8. Социальная борьба в Европе в Средние века.	2
3.	*Семинар № 10.* **Развитие России в XVI – XVII вв.** 1. Особенности социально-экономического развития России в XVI в. 2. Реформы середины XVI века и их историческое значение. 3. Опричнина Ивана Грозного, ее причины, сущность и последствия. 4. Формирование системы крепостного права, фактическое закрепощение крестьян в России в конце XVI в. 5. Внешняя политика Российского государства в правление Ивана IV. 6. Понятие Смутное время, причины, этапы, итоги и последствия Смуты. 7. Развитие России в XVII в. после Смуты: особенности развития хозяйства и сословных отношений, эволюция сословно-представительной монархии в направлении к абсолютизму. 8. Реформа патриарха Никона и раскол Русской православной церкви. 9. Социальная борьба народа в России в XVII в., восстание под предводительством С.Т. Разина. 10. Внешняя политика Российского государства в XVII в. 11. Развитие русской культуры в XVI – XVII вв.	2
4.	*Семинар № 11.* **Абсолютизм в Европе. Первые буржуазные революции в Европе: Нидерланды, Англия. Великая Французская революция. Образование США.** 1. Понятие Новое время. Социально-экономические, политические и культурные параметры Нового времени. 2. Особенности европейского абсолютизма. 3. Первые буржуазные революции: Нидерландская, Английская. 4. Развитие международных отношений в XVI-XVII вв.	2

	Тридцатилетняя война и формирование Вестфальской системы. 5. Западноевропейское Просвещение. 6. Великая Французская буржуазная революция и ее историческое значение. 7. Образование США.	
4.	*Семинар № 12*. **Развитие России в XVIII в., образование Российской империи – великой европейской державы.** 1. Причины, содержание и историческое значение реформ Петра I, завершение формирования абсолютизма, образование Российской империи. 2. Народные восстания в России первой четверти XVIII вв. 3. Основные направления внешней политики России в правление Петра I. Северная война (1700 – 1721), ее причины, ход, итоги и значение. 4. Основные тенденции развития русского общества и государства в «эпоху дворцовых переворотов». 5. Развитие России во второй половине XVIII в., «просвещенный абсолютизм» Екатерины II. 6. Русское Просвещение XVIII в. 7. Народное движение в России во второй половине XVIII в., восстание под предводительством Е.И. Пугачева. 8. Основные направления внешней политики России во второй половине XVIII в. 9. Развитие русской культуры в XVIII в.	2
4.	*Семинар № 13.* **Европа и Америка в XIX в.: социально-экономическое и политическое развитие. Британская и Французская колониальные империи. Объединение Италии. Образование Германской империи.** 1. Развитие европейских держав в XIX в. 2. Понятие колониализм в исторической науке. 3. Британская и французская колониальные державы. 4. Гражданская война между Севером и Югом в США. 5. Объединение Италии. 6. Этапы объединения Германии, образование Германской империи.	2
4.	*Семинар № 14.* **Кризис самодержавно-крепостнической системы в России в первой половине – середине XIX в.** 1. Социально-экономическое развитие России в первой половине XIX в., понятие «кризиса крепостничества». 2. Основные этапы и направления внутренней политики императора Александра I. 3. Внешняя политика России в первой четверти XIX в. Отечественная война 1812 г. и заграничный поход русской армии 1813-1814 гг. 4. Движение декабристов. 5. Основные направления внутренней политики Николая I. 6. Развитие русской общественной мысли во второй четверти – середине XIX в. 7. Внешняя политика России во второй четверти - середине XIX в., Крымская война (1853-1856). 8. Развитие русской культуры в первой половине XIX – начале XX в.	2
4.	*Семинар № 15.* **Утверждение и развитие капитализма в России во второй половине XIX в.** 1. «Великие реформы» Александра II: отмена крепостного права, реформа местного самоуправления, судебная, образования и печати, военная, и их историческое значение. 2. Утверждение капитализма в пореформенной России. 3. Аграрный вопрос как главный вопрос общественного развития России после отмены крепостного права. 4. Начальный этап отечественной индустриализации, его содержание и итоги.	2

	5. Самодержавие Александра III: политика государства в сфере экономики, крестьянском и рабочем вопросе, «контрреформы» 1880-1890-х гг. 6. Особенности развития капитализма в России во второй половине XIX – начале XX в. 7. Основные направления общественного движения в России во второй половине XIX – начале XX в. 8. Внешняя политика России во второй половине XIX – начале XX в. 9. Развитие русской культуры во второй половине XIX – начале XX в.	
5.	*Семинар № 16.* **Международные отношения в мире на рубеже XIX – XX вв. Первая мировая война. Российская империя в конце XIX – начале XX вв.** 1. Международные отношения на рубеже XIX – XX вв., русско-японская война. 2. Первая русская революция: причины, этапы, итоги и историческое значение. 3. Реформы П. А. Столыпина: цели, задачи, основные направления, итоги и значение. 4. Внешняя политика России после поражения в русско-японской войне. 5. Первая мировая война и участие в ней России.	2
4.	*Семинар № 17.* **Революция и Гражданская война в России (1917 – 1922). Образование СССР, развитие советского общества и государства в межвоенный период.** 1. Причины и предпосылки Российской революции 1917 г. 2. Февральская буржуазно-демократическая революция в России и развитие революционного процесса от февраля к октябрю. 4. Гражданская война и иностранная интервенция в России. 5. Образование СССР и развитие страны в условиях НЭПа. 6. Форсированная модернизация советского общества: индустриализация производства, коллективизация сельского хозяйства, культурные преобразования советской власти. 7. Формирование советской тоталитарной системы. 8. Внешняя политика советского государства в период 1917 – 1941 гг. (до начала Великой Отечественной войны).	2
4.	*Семинар № 18.* **Особенности международных отношений в межвоенный период. Альтернативы развития западной цивилизации в конце 20-х – 30-е годы XX в.** 1. Мир после окончания Первой мировой войны, Версальско-Вашингтонская система (1919 – 1922). 2. Веймарская республика в Германии. 3. Итальянский фашизм. 4. Лига Наций, отношения между СССР и западными державами. 5. Мировой экономический кризис 1929 – 1932 гг. 6. Испанский фашизм. 7. Фашистская диктатура в Германии. 8. США: политика «нового курса» Ф. Рузвельта. 9. Международные отношения после прихода фашизма к власти в Германии (1933 – 1941).	2
5.	*Семинар № 19.* **СССР в годы Второй мировой войны (1939-1945). Великая Отечественная война (1941-1945).** 1. Причины Второй мировой войны, современная научная периодизация истории Второй мировой войны. 2. Великая Отечественная война – важнейшая часть Второй мировой войны. 3. Начальный период Великой Отечественной войны (июнь 1941 – ноябрь 1942). 4. Период коренного перелома в Великой Отечественной и Второй мировой войне (ноябрь 1942 – 1943). 5. Завершающий период Великой Отечественной войны (1944 – май 1945).	2

	6. Разгром милитаристской Японии – завершающий этап Второй мировой войны.	
5.	*Семинар № 20.* **Консолидация советского общества в годы Великой Отечественной войны. Причины и цена Победы.** 1. Единство фронта и тыла в Великой Отечественной войне. 2. Партизанское движение в Великой Отечественной войне. 3. Развитие духовной культуры, образования и науки в СССР в годы Великой Отечественной войны. 4. Память народа: проблемы геноцида мирного населения на оккупированной территории СССР. 5. Вклад лесгафтовцев в Великую Победу. 6. Историческое значение Победы советского народа над фашизмом. 7. Нюрнбергский трибунал и его историческое значение.	2
5.	*Семинар № 21.* **Развитие СССР, социалистической и капиталистической систем и третьего мира во второй половине XX в.** 1. Основные задачи внутреннего развития и внешней политики СССР в послевоенный период. 2. Начало «холодной войны». Создание НАТО и ОВД. «План Маршалла» и СЭВ. 3. Попытки реформирования социализма в СССР в период «оттепели» и «развитого социализма». 4. Особенности развития капиталистической и социалистической систем в 1950-1980-е гг. 5. Крах колониальной системы. Формирование и развитие движения неприсоединения. 6. Конфронтация двух сверхдержав – США и СССР, Карибский кризис 1962 г. и его последствия. 7. Гонка вооружений во второй половине XX в., распространение оружия массового поражения и его роль в международных отношениях, становление системы контроля за нераспространением ОМП. 8. «Перестройка» социализма в СССР: ее причины, этапы, итоги и последствия. 9. Страны Западной и Восточной Европы во второй половине XX в. «Бархатные революции» в Европе.	2
5.	*Семинар № 22.* **Россия и мир в конце XX- первые десятилетия XXI в.** 1. Геополитическая трагедия XX в. – распад СССР. 2. Международные отношения в конце XX – начале XXI вв. Геополитическая ситуация в современном мире. 3. Развитие России в первой четверти XXI в., внутренняя и внешняя политика Российского государства. 4. Роль и место российской цивилизации во всемирном историческом процессе.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
2.	*Семинар № 1.* **Великие цивилизации древности: общее и особенное.** 1. Понятие Древнего мира в исторической науке. 2. Древний Восток: общее и особенное в развитии древневосточных цивилизаций. 3. Древние государства Месопотамии. 4. Древний Египет. 5. Древняя Индия. 6. Древний Китай.	2

	7. Историческое значение древневосточных цивилизаций. 8. Общая характеристика Античного мира, специфика древнегреческой и древнеримской цивилизаций. 9. Первые государственные образования на территории Древней Греции: крито-ахейский период. 10. Формирование и расцвет древнегреческих полисов – независимых городов-государств в XI – IV вв. до н. э. 11. Эллинизм как синтез античной и древневосточной культур. 12. Период республики в истории Древнего Рима. 13. Римская империя. 14. Значение античной цивилизации в мировом историческом процессе.	
3.	*Семинар № 2* **Образование единого Российского государства (XIV – начало XVI в.) и его развитие в XVI – XVII вв.** 1. Причины образования единого Российского государства 2. Причины возвышения Москвы как центра объединения русских земель. 3. Этапы объединения русских земель. 4. Развитие феодальной собственности на землю и феодальных отношений, процесс закрепощения крестьян в период формирования единого Российского государства. 5. Историческое значение образования единого Российского государства. 6. Социально-экономическое развитие России в XVI в. 7. Реформы середины XVI века и их историческое значение. 8. Опричнина Ивана Грозного, ее причины, сущность и последствия. 9. Внешняя политика Российского государства в XVI веке. 10. Смутное время (конец XVI – начало XVII в.). 11. Развитие России в XVII в. после Смуты: особенности развития хозяйства и сословных отношений, эволюция сословно-представительной монархии в направлении к абсолютизму 12. Социальная борьба в России в XVII в.: городские восстания, восстание под предводительством С.Т. Разина, стрелецкие бунты. 13. Внешняя политика Российского государства в XVII в. после Смуты. 14. Развитие русской культуры в XIV – XVII вв.	2
6.	*Семинар № 3.* **Вторая мировая война (1939-1945) и Великая Отечественная война Советского союза (1941-1945) как важнейшая часть Второй мировой войны.** 1. Причины Второй мировой войны, современная научная периодизация истории Второй мировой войны. 2. Начальный этап Второй мировой войны (сентябрь 1939 – июнь 1941). 3. Великая Отечественная война – важнейшая часть Второй мировой войны. 4. Начальный период Великой Отечественной войны (июнь 1941 – ноябрь 1942). 5. Период коренного перелома в Великой Отечественной и Второй мировой войне (ноябрь 1942 – 1943). 6. Завершающий период Великой Отечественной войны (1944 – май 1945). 7. Разгром милитаристской Японии – завершающий этап Второй мировой войны. 8. Единство фронта и тыла, консолидация советского общества в Великой Отечественной войне. 9. Партизанское движение в Великой Отечественной войне. 10. Вклад лесгафтовцев в Великую Победу.	2

	11. Развитие науки и образования в СССР в годы Великой Отечественной войны. 12. Развитие советской художественной культуры в годы Великой Отечественной войны. 13. Память народа: проблемы геноцида мирного населения на временно оккупированной фашистской Германией и ее союзниками территории СССР. 14. Причины и цена Победы. 15. Историческое значение Победы советского народа над фашизмом. 16. Нюрнбергский трибунал и его историческое значение.	

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Васильев, Л. С. История стран Азии и Африки. Средние века и раннее Новое время : учебное пособие для вузов / Л. С. Васильев. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 371 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9363-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/512048
2. Васильев, Л. С. История стран Азии и Африки. Середина XIX - середина XX века : учебное пособие для вузов / Л. С. Васильев. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 386 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9364-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/512049
3. Васильев, Л. С. История стран Азии и Африки. Середина XX - начало XXI века : учебное пособие для вузов / Л. С. Васильев. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 416 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9365-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/512050
4. Касьянов, В. В. История России : учебное пособие для вузов / В. В. Касьянов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 255 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08424-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/516973
5. Кузнецов, И.Н. История : учебник / И.Н. Кузнецов. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва : Дашков и К°, 2019. – 576 с. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573311
6. Пленков, О. Ю. История новейшего времени : учебное пособие для вузов / О. Ю. Пленков. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 368 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12482-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/518055
7. Пыж, В.В. История (история России, всеобщая история) с древнейших времен до XVII века : учебное пособие / В.В. Пыж, И.Л. Кислицына, М.Е. Чудаев; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : ПОЛИТЕХ-ПРЕСС, 2021. – 179 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
8. Фортунатов, В.В. История : учебное пособие для бакалавров / В.В. Фортунатов. - Санкт-Петербург : Питер, 2019. - 462, [1] с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Бакирова, А.М. История: краткий курс лекций / А.М. Бакирова, Е.Ф. Томина ; Оренбургский государственный университет. – Оренбург : Оренбургский государственный университет, 2017. – 367 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481724
2. Всемирная история в 2 ч. Часть 1. История Древнего мира и Средних веков : учебник для вузов / Г. Н. Питулько, Ю. Н. Полохало, Е. С. Стецкевич, В. В. Шишкин ; под редакцией Г. Н. Питулько. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 129 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08094-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/489798
3. Всемирная история в 2 ч. Часть 2. История Нового и Новейшего времени : учебник для вузов / Г. Н. Питулько, Ю. Н. Полохало, Е. С. Стецкевич, В. В. Шишкин ; под редакцией Г. Н. Питулько. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 296 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01795-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/512430

4. Всеобщая история : учебник / авт.-сост. И. В. Крючков, С. А. Польская, А. А. Кудрявцев, И. А. Краснова и др. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 420 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596418
5. Горелова, Е.И. Основные вехи отечественной истории с древнейших времен до октября 1917 года [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е.И. Горелова. - Малаховка : [б. и.], 2018. – 116 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Давыдова, Ю.А. История : учебное пособие / Ю.А. Давыдова, А.В. Матюхин, В.Г. Моржеедов. – 5-е изд., перераб. и доп. – Москва : Университет Синергия, 2019. – 205 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=495816
7. История новейшего времени : учебник и практикум для вузов / В. Л. Хейфец, Р. В. Костюк, Н. А. Власов, Н. С. Ниязов ; под редакцией В. Л. Хейфеца. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 332 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15253-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/511499
8. Данилов, А.А. История России с древнейших времен до наших дней в вопросах и ответах [Текст] : учебное пособие / А.А. Данилов. - Москва : Проспект, 2018. - 316, [1] с.
9. Деревянко, А.П. История России с древнейших времен до наших дней [Текст] : учебное пособие / А.П. Деревянко, Н.А. Шабельникова, А.В. Усов. - Изд. 4-е, перераб. и доп. - Москва : Проспект, 2016. - 670 с.
10. История России [Текст] : учебник / А.С. Орлов [и др.]; Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, Исторический факультет. - 2-е изд. перераб. и доп. - Москва : Проспект, 2017. - 680 с. : ил.
11. История России в схемах, таблицах, картах и заданиях [Текст] : [учебное пособие] / В.В. Касьянов [и др.]; под ред. В. В. Касьянова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. - 376, [1] с. : ил.
12. Крупа, Т. А. История англоязычных стран : учебник для вузов / Т. А. Крупа, О. И. Охонько ; под редакцией Т. А. Крупы. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 274 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04400-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514033
13. Матюхин, А.В. История России : учебник / А.В. Матюхин, Ю.А. Давыдова, Р.Е. Азизбаева; под ред. А. В. Матюхина. - Москва : Изд-во Московского финансово-промышленного ун-та "Синергия", 2016. - 335 с. : ил.
14. Пленков, О. Ю. Новейшая история стран Европы и Америки : учебник для вузов / О. Ю. Пленков. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 399 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00745-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/510952
15. Пыж, В.В. История. (История России с древнейших времен до распада Древнерусского государства) [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.В. Пыж, И.Л. Кислицына. - СПб. : [б. и.], 2018. - 148 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
16. Сахаров, А.Н. История России с древнейших времен до наших дней [Текст] : учебник / А.Н. Сахаров, А.Н. Боханов, В.А. Шестаков; под ред. А. Н. Сахарова. - Москва : Проспект, 2018. - 864 с.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412

- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link isexternal)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link isexternal)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа № 421 (4 этаж, нежилое помещение № 2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45 шт, скамья-45шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1ш.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - № лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) № лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор № К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия № 348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №321 (2 этаж, нежилое помещение № 12) – Учебный стол-14шт, скамья-14шт., стол письменный-1шт., стул-2шт., Оборудование: доска меловая-1шт., Проектор Acer X138WH-1шт., Экран DINON Manual 220x220 MW настенный, Ноутбук Acer-1,наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - № лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) № лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор № К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия № 348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра права и гражданской безопасности

Рабочая программа дисциплины (модуля)

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная / заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП
по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура
для лиц с отклонениями
в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)
по профилю подготовки
«Физическая реабилитация»

_____ **А. В. Шевцов**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

30 августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ **А. А. Смирнов**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:
доцент кафедры
права и гражданской безопасности,
канд. пед. наук Д. А. Михайлова

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.

В соответствии с учебными планами дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» изучается на I курсе по очной форме обучения, на IV курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***зачёт.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ.

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Безопасность жизнедеятельности	УК–8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов

2.1. ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ.

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК–8	УК-8.1. Знает: - терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; - методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; - сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций; - основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий; - технику безопасности и пра-	Знает: - терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; - методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; - сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций; - основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий; - технику безопасности и пра-

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
	вила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья, с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.	вила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья, с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.
	УК-8.2. Умеет: - разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера; - организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций; - организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью; - оказывать первую помощь пострадавшим в процессе занятий; - использовать приёмы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; - соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий.	Умеет: - разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера; - организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций; - планировать (прогнозировать, моделировать, программировать) организацию физкультурно-спортивных мероприятий с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью; - оказывать первую помощь пострадавшим в процессе занятий; - использовать приёмы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; - соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий.
	УК-8.3. Имеет опыт: - использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан; - планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвы-	Имеет опыт (навык): - использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан; - планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвы-

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
	чайных ситуациях; - оказания первой помощи пострадавшим в процессе занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; - использования методов защиты обучающихся от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий на уроках физической культуры, адаптивной физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий; - организации физкультурно-спортивных мероприятий с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.	чайных ситуациях; - оказания первой помощи пострадавшим в процессе занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; - планирования (прогнозирования, моделирования, программирования) использования методов защиты обучающихся от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий на уроках физической культуры, адаптивной физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий; - планирования (прогнозирования, моделирования, программирования) организации физкультурно-спортивных мероприятий с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.

3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ.

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		36	36	–	–	–	–	–	–	–
В том числе:		–	–	–	–	–	–	–	–	–
Занятия лекционного типа		16	16	–	–	–	–	–	–	–
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		20	20	–	–	–	–	–	–	–
Промежуточная аттестация (зачёт, дифференцированный зачёт, экзамен)		6	6	–	–	–	–	–	–	–
Самостоятельная работа студента		66	66	–	–	–	–	–	–	–
Углублённое изучение теоретического материала по темам курса (в том числе подготовка дистанционных письменных ответов в рамках нелабораторных текущих контролей)		*26*	*26*	–	–	–	–	–	–	–
Подготовка к интерактивным занятиям (5 занятий)		*5*	*5*	–	–	–	–	–	–	–
Оформление отчётов по лабораторным работам (3 шт.)		*15*	*15*	–	–	–	–	–	–	–
Подготовка к многоэтапному устному опросу по учебному материалу в рамках «шагов» I рубежного контроля		*18*	*18*	–	–	–	–	–	–	–
Подготовка к тестированию II рубежного контроля		*2*	*2*	–	–	–	–	–	–	–
Общая трудоёмкость	**часы**	**108**	**108**	–	–	–	–	–	–	–
	зачётные единицы	**3**	**3**	–	–	–	–	–	–	–

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		6	–	–	–	–	–	–	–	6	–
В том числе:		–	–	–	–	–	–	–	–	–	–
Занятия лекционного типа		2	–	–	–	–	–	–	–	2	–
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		4	–	–	–	–	–	–	–	4	–
Промежуточная аттестация (зачёт, дифференцированный зачёт, экзамен)		4	–	–	–	–	–	–	–	4	–
Самостоятельная работа студента		98	–	–	–	–	–	–	–	98	–
Выполнение контрольной работы		20	–	–	–	–	–	–	–	20	–
Углублённое изучение теоретического материала по разделам дисциплины, предусмотренным для аудиторного освоения в форме лекций		*20*	–	–	–	–	–	–	–	*20*	–
Подготовка к интерактивным практическим занятиям (2 занятия)		*10*	–	–	–	–	–	–	–	*10*	–
Подготовка дистанционных письменных ответов в рамках нелабораторных текущих контролей		*25*	–	–	–	–	–	–	–	*25*	–
Подготовка текущего контроля в форме отчёта по домашней лабораторной работе в виде решения типовых задач		*15*	–	–	–	–	–	–	–	*15*	–
Подготовка к рубежному контролю в форме дистанционного письменного опроса по материалу для самостоятельной работы		*8*	–	–	–	–	–	–	–	*8*	–
Общая трудоёмкость	**часы**	**108**	–	–	–	–	–	–	–	**108**	–
	зачётные единицы	**3**	–	–	–	–	–	–	–	**3**	–

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ.

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Теоретические основы безопасности жизнедеятельности.	Безопасность жизнедеятельности: основные понятия и объекты анализа. Безопасность жизнедеятельности: ключевые аксиомы и концепции.	Знает: - терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; - сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций.
2	Система «человек – среда обитания» как объект научного анализа.	Особенности воздействия факторов среды обитания на человека в условиях применения им оружия массового поражения. Ядерное, термоядерное, нейтронное и бактериологическое (биологическое) оружие. Химическое оружие. Негативные факторы среды обитания человека. Основы антропогенеза и экологии в контексте обеспечения безопасности жизнедеятельности. Особенности воздействия факторов среды обитания на человека в условиях возникновения аварий различного генеза. Поражающие факторы опасностей различного генеза. Природные опасности. Негативные психофизиологические и социальные факторы среды обитания. Масштабы распространения последствий чрезвычайных ситуаций различного генеза. Размеры и структура зон поражения.	Знает: - сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций. Умеет: - разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера. Имеет опыт (навык): - планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях.
3	Теоретико-методологические аспекты обеспечения безопасности	Системные аспекты предотвращения чрезвычайных ситуаций.	Знает: - методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций. Умеет:

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
	жизнедеятельности.		- разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера.
4	Принципы организации и способы защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях различного генеза.	Организация и проведение защитных мер при внезапном возникновении чрезвычайных ситуаций. Организация и проведение защитных мер от чрезвычайных ситуаций и по профилактике их возникновения. Приборы радиационной и химической разведки, контроля радиоактивного заражения и облучения. Методика прогнозирования радиационной обстановки при аварии на радиационно опасном объекте и при ядерном взрыве. Методика прогнозирования химической обстановки при аварии на химически опасном объекте и при применении химического оружия. Методика прогнозирования пожарной обстановки.	Знает: - основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий. Умеет: - оказывать первую помощь пострадавшим в процессе занятий; - использовать приёмы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций. Имеет опыт (навык): - использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан; - оказания первой помощи пострадавшим в процессе занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций.
5	Безопасность жизнедеятельности в условиях действия физических полей и производственной деятельности.	Безопасность труда и пожарная безопасность как теоретические основы обеспечения безопасности в производственной деятельности. Пути защиты человека от негативных факторов производственной среды.	Знает: - технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья, с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала. Умеет:

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
			- организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций; - планировать (прогнозировать, моделировать, программировать) организацию физкультурно-спортивных мероприятий с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью; - соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий. Имеет опыт (навык): - планирования (прогнозирования, моделирования, программирования) использования методов защиты обучающихся от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий на уроках физической культуры, адаптивной физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий; - планирования (прогнозирования, моделирования, программирования) организации физкультурно-спортивных мероприятий с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ.

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1	*Лекция № 1. Безопасность жизнедеятельности: основные понятия и объекты анализа.* *Дидактический компонент № 1. Безопасность жизнедеятельности как научная дисциплина.* Системно-структурная модель безопасности жизнедеятельности как научной дисциплины. Цель и задачи изучения безопасности жизнедеятельности как научной дисциплины. Объект и предмет изучения безопасности жизнедеятельности. Методы изучения безопасности жизнедеятельности как научной дисциплины. Виды безопасности и разделы безопасности жизнедеятельности как научной дисциплины. Номенклатура опасностей, порядок составления и целесообразность её применения. Классификация опасностей как инструмент понимания их природы. *Дидактический компонент № 2. Безопасность жизнедеятельности как учебная дисциплина.* Цель и задачи изучения безопасности жизнедеятельности как учебной дисциплины. Методы изучения безопасности жизнедеятельности как учебной дисциплины. Организация изучения вопросов, касающихся сферы безопасности жизнедеятельности, в дошкольных образовательных организациях Российской Федерации. Организация изучения вопросов, касающихся сферы безопасности жизнедеятельности, в начальной школе в общеобразовательных организациях Российской Федерации. Организация изучения вопросов, касающихся сферы безопасности жизнедеятельности, в основной школе в общеобразовательных организациях Российской Федерации. Организация изучения вопросов, касающихся сферы безопасности жизнедеятельности, в старшей школе в общеобразовательных организациях Российской Федерации. Организация изучения вопросов, касающихся сферы безопасности жизнедеятельности, в профессиональных образовательных организациях Российской Федерации. Организация изучения вопросов, касающихся сферы безопасности жизнедеятельности, в образовательных организациях высшего образования Российской Федерации. *Дидактический компонент № 3. Принципы возникновения и классификация чрезвычайных ситуаций.* Чрезвычайная ситуация, катастрофа, стихийное бедствие. Принципы возникновения чрезвычайных ситуаций: основные причины и обстоятельства. Стадии (периоды) развития чрезвычайных ситуаций. Виды катастроф. Классификация чрезвычайных ситуаций по ведомственной принадлежности. Классификация чрезвычайных ситуаций по возможностям их предотвращения. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабу их распространения. Классификация чрезвычайных ситуаций по природе их возникновения.	2

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
	Классификация чрезвычайных ситуаций по причинам их возникновения. Классификация чрезвычайных ситуаций по продолжительности их действия. Классификация чрезвычайных ситуаций по скорости их развития. Классификация чрезвычайных ситуаций по степени их внезапности. Таксономия чрезвычайных ситуаций, характерных для мирного времени. *Образовательные технологии:* - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.	
1	*Лекция № 2. Безопасность жизнедеятельности: ключевые аксиомы и концепции.* *Дидактический компонент № 1. Теоретические и практические основы безопасности в системе «человек – среда обитания – машины – чрезвычайные ситуации».* Аксиома о потенциальной опасности материального мира (первая аксиома безопасности жизнедеятельности). Аксиома о предельно допустимых значениях воздействия источника опасности на объект защиты. Аксиома о совпадении источника опасности и объекта защиты в пространстве и времени. Аксиома об универсальности воздействия источника опасности на объекты защиты, находящиеся в зоне его действия. Аксиома об ущербе, оказываемом источником опасности объекту защиты. Аксиома о технических способах защиты объекта от источника опасности. Аксиома о необходимом условии достижения безопасности жизнедеятельности. *Дидактический компонент № 2. Современная концепция риска как теоретико-методологическая основа обеспечения безопасности жизнедеятельности.* Причины возникновения, количественные характеристики и источники опасностей. Предметы и объекты исследования риска. Риски: аспекты понимания, классификация, определения по видам, методы определения, свойства. Концепция абсолютной безопасности и концепция приемлемого (допустимого) риска. Основное уравнение безопасности. Методические аппараты анализа, оценки и прогноза риска. Меры по снижению риска (защите, обеспечению безопасности). Управление рисками: этапы, алгоритмы, технологии. *Образовательные технологии:* - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.	2
2	*Лекция № 3. Особенности воздействия факторов среды обитания на человека в условиях применения им оружия массового поражения. Часть I. Ядерное, термоядерное, нейтронное и бактериологическое (биологическое) оружие.* *Дидактический компонент № 1. Негативные факторы среды обитания, характерные для военного времени. Современные средства поражения. Ядерное, термоядерное и нейтронное оружие.* Таксономия современных средств поражения. Обычные средства поражения [кумулятивные боеприпасы, бетонобойные боеприпасы, зажигательные боеприпасы (напалмы, металлизированные смеси,	2

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
	термитные составы, белый фосфор), кассетные боеприпасы, боеприпасы объёмного взрыва, фугасные боеприпасы, осколочные боеприпасы]. Высокоточное оружие. Оружие массового поражения. Основные характеристики ядерного, термоядерного и нейтронного оружия. Ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение (загрязнение), электромагнитный импульс ядерного взрыва и их поражающие действия. *Дидактический компонент № 2. Негативные факторы среды обитания, характерные для военного времени. Современные средства поражения. Бактериологическое (биологическое) оружие.* Основные характеристики (свойства) бактериологического (биологического) оружия. Свойства роста и развития вирусов, бактерий, риккетсий и грибков, проявляющиеся в различных условиях внешней среды. Свойства токсинов, проявляющиеся в различных условиях внешней среды. Таксономия поражающих факторов бактериологического (биологического) оружия, средства и способы его применения. Характеристика наиболее опасных инфекционных заболеваний, возбудители которых применяют в качестве бактериологических средств: чума, сибирская язва, сап, холера, сыпной тиф. Селекция микроорганизмов и индекс контагиозности (заразности). Способы противодействия применению бактериологического оружия. <u>*Образовательные технологии:*</u> - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.	
2	*Лекция № 4. Особенности воздействия факторов среды обитания на человека в условиях применения им оружия массового поражения. Часть II. Химическое оружие.* *Дидактический компонент № 1. Негативные химические факторы среды обитания.* Таксономия вредных веществ. Таксономия опасных химических веществ. Таксономия аварийно химически опасных веществ (по преимущественному синдрому, возникающему при остром отравлении; по скорости проявления поражающего действия на незащищённых людей). Сильнодействующие ядовитые вещества. Физико-химические свойства и поражающее действие основных аварийно химически опасных веществ (хлор, аммиак, сероводород, нитрил акриловой кислоты, синильная кислота, фосген, бензол, метилмеркаптан, двуокись серы). Токсичность и критерии её определения. Факторы токсических эффектов. Таксономия отдалённых токсических эффектов. *Дидактический компонент № 2. Негативные факторы среды обитания, характерные для военного времени. Современные средства поражения. Химическое оружие.* Основные характеристики химического оружия. Таксономия отравляющих веществ (по физиологическому действию на организм человека, по стойкости, по токсическому назначению). Основные параметры, регулирующие поражающее действие отравляющих веществ (концентрация, доза, токсическая доза, плотность заражения). Особенности токсического действия отравляющих веществ. Особенности токсического действия V_x. Особенности ток-	2

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
	сического действия зарина. Особенности токсического действия иприта. Особенности токсического действия бизеда. Особенности токсического действия си-эс. <u>*Образовательные технологии:*</u> - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.	
3	*Лекция № 5. Системные аспекты предотвращения чрезвычайных ситуаций.* *Дидактический компонент № 1. Пути предотвращения чрезвычайных ситуаций.* Принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Ориентирующие принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Технические принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Управленческие принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Организационные принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Методы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация и способы применения в деятельности. Средства обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация и способы применения в деятельности. *Дидактический компонент № 2. Организационные основы безопасности жизнедеятельности.* Государственная политика защиты окружающей среды и органы управления, контроля и надзора по охране природы, их функции. Задачи и полномочия органов управления Российской Федерации и её субъектов в области охраны природы. Качество и мониторинг окружающей природной среды, экологическая экспертиза, паспортизация и ответственность за экологические правонарушения. Управление обеспечением охраны труда в Российской Федерации. Организация и функции служб охраны труда на предприятии. Обеспечение техники безопасности на производстве. Управление обеспечением организации работ в чрезвычайных ситуациях в Российской Федерации и ликвидации их последствий. Действия населения по предотвращению / снижению интенсивности воздействия поражающих факторов чрезвычайных ситуаций, характерных для мирного времени. *Дидактический компонент № 3. Правовые и нормативно-технические основы безопасности жизнедеятельности.* Федеральные законы и подзаконные акты, связанные с обеспечением охраны окружающей среды в Российской Федерации. Федеральные законы и подзаконные акты, связанные с обеспечением охраны труда в Российской Федерации. Трудовой кодекс Российской Федерации. Федеральные законы и подзаконные акты, связанные с организацией работ в чрезвычайных ситуациях в Российской Федерации и в связи с ликвидацией их последствий. Нормативно-техническая документация по охране окружающей	2

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
	среды в Российской Федерации. Нормативно-техническая документация по охране труда в Российской Федерации. Нормативно-техническая документация по организации работ в чрезвычайных ситуациях в Российской Федерации и по ликвидации их последствий. *Образовательные технологии:* - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.	
4	*Лекция № 6. Организация и проведение защитных мер при внезапном возникновении чрезвычайных ситуаций.* *Дидактический компонент № 1. Методология и система.* Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Гражданская оборона в Российской Федерации. Российский корпус спасателей. Территориальные и функциональные подсистемы РСЧС. Уровни РСЧС: объектовый, местный, территориальный, региональный, федеральный. Координационные органы РСЧС: межведомственные и ведомственные комиссии по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций, региональные центры аналогичного назначения, комиссии по чрезвычайным ситуациям органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, комиссии по чрезвычайным ситуациям органов местного самоуправления и комиссии по чрезвычайным ситуациям объектов. Постоянно действующие органы управления РСЧС, специально уполномоченные на решение задач в области гражданской обороны и защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций (органы управления по делам ГОЧС). Органы повседневного управления РСЧС. Силы и средства постоянной готовности РСЧС (силы и средства наблюдения и контроля; силы и средства ликвидации чрезвычайных ситуаций). Резервы финансовых и материальных ресурсов РСЧС. Системы связи, оповещения, информационного обеспечения РСЧС. Координация планов и мероприятий гражданской обороны и по ликвидации чрезвычайных ситуаций в целом с экономическими планами (в рамках бюджетов Российской Федерации, субъектов Федерации, а также федеральных органов исполнительной власти). *Дидактический компонент № 2. Основные способы защиты.* Принципы организации и способы защиты населения. Первый способ защиты – укрытие населения в защитных сооружениях. Таксономия защитных сооружений. Инженерно-строительные характеристики защитных сооружений. Режимы вентиляции и внутреннее оборудование убежищ. Коэффициент ослабления радиации. Правила приспособления сооружения под ПРУ. Правила поведения в защитном сооружении. Второй способ защиты – эвакуация населения и рассредоточение рабочих и служащих. Цель, организация, порядок выполнения эвакуационных мероприятий. Контингент населения, подлежащий эвакуации в чрезвычайных ситуациях. Цель, организация, порядок рассредоточения рабочих и служащих. Третий способ защиты – использование населением средств индивидуальной защиты. Таксономия средств индивиду-	2

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
	альной защиты (по предназначению; по способу изготовления; по принципу защиты; по способу обеспечения). Порядок снятия противогазов в защитном сооружении. Оказание первой помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях. *Образовательные технологии:* - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.	
4	*Лекция № 7. Организация и проведение защитных мер от чрезвычайных ситуаций и по профилактике их возникновения.* *Дидактический компонент № 1. Организация и проведение защитных мер при внезапном возникновении чрезвычайных ситуаций. Пути защиты от поражений различного генеза.* Противорадиационная, противохимическая, противобактериологическая защита: предназначение, состав мероприятий (выявление и оценка радиационной, химической и бактериологической обстановки; организация и проведение дозиметрического, химического контроля; обеспечение личного состава формирований гражданской обороны, рабочих, служащих и других категорий населения средствами индивидуальной противохимической и медицинской защиты; ликвидация последствий радиоактивного, химического и бактериологического заражения) и порядок их проведения. Основные правила поведения и оптимальные действия населения в условиях радиоактивного, химического и бактериологического заражения (меры безопасности и правила поведения людей на заражённой местности; порядок преодоления участков местности, заражённых радиоактивными веществами, отравляющими веществами, аварийно химически опасными веществами, бактериальными средствами; порядок приготовления и приёма пищи на местности, заражённой радиоактивными веществами, отравляющими веществами, аварийно химически опасными веществами, бактериальными средствами; порядок обеззараживания рабочего места, квартиры, дома). Поражения радиоактивными веществами, отравляющими веществами, аварийно химически опасными веществами и бактериальными средствами. Защита и обеззараживание продовольствия и воды в условиях чрезвычайных ситуаций различного генеза. *Дидактический компонент № 2. Организация и проведение защитных мер при внезапном возникновении чрезвычайных ситуаций. Специальные технологии защиты.* Спасательные и другие неотложные работы: предназначение, виды, задачи, условия успешного проведения, состав участников, порядок организации и проведения в условиях чрезвычайных ситуаций различного генеза. Специфика проведения спасательных и других неотложных работ в районе аварии на радиационно опасном объекте или в очаге ядерного поражения. Специфика проведения спасательных и других неотложных работ в очаге химического поражения при аварии на химически опасном объекте или при применении химического оружия. Специфика проведения спасательных и других неотложных работ в очаге бактериологического поражения. Специфика действий формирований гражданской обороны в	2

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
	очаге комбинированного поражения. *Дидактический компонент № 3. Основы устойчивости работы объектов.* Цель и основные факторы, влияющие на обеспечение устойчивости работы объекта, как в мирное, так и в военное время. Организация и порядок оценки устойчивости работы объекта. Этапы исследования устойчивости работы объекта. Оценка устойчивости работы объекта к воздействию ударной волны ядерного (обычного) взрыва. Оценка устойчивости работы объекта к воздействию светового (лучисто-огневого излучения). Оценка устойчивости работы объекта к воздействию проникающей радиации и радиоактивного заражения. Оценка устойчивости работы объекта к воздействию вторичных поражающих факторов. Оценка устойчивости работы объекта к воздействию отравляющих веществ, аварийно химически опасных веществ, бактериальных средств. Пути повышения устойчивости функционирования производственных объектов с учётом вероятности возникновения чрезвычайных ситуаций. *Образовательные технологии:* - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.	
5	*Лекция № 8. Безопасность труда и пожарная безопасность как теоретические основы обеспечения безопасности в производственной деятельности.* *Дидактический компонент № 1. Безопасность труда как составная часть антропогенной экологии.* Таксономия антропогенной экологии. Государственный надзор и контроль над охраной труда, соблюдением трудового законодательства. Государственная экспертиза условий труда и экспертиза промышленной безопасности. Общественный контроль над охраной труда. Внутрихозяйственный контроль и обеспечение безопасных условий труда работодателем. Система управления охраной труда в организациях и на предприятиях: цели, принципы построения, функции и задачи. Расследование и учёт несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний. *Дидактический компонент № 2. Пожарная безопасность.* Таксономия, статистика и причины пожаров. Физико-химические основы процесса горения. Оценка риска возникновения пожара. Мероприятия по снижению пожара. Спасение людей при пожаре. Способы и средства тушения пожаров. Профилактика возникновения и распространения пожаров. Организация и управление противопожарной безопасностью. Государственная противопожарная служба. Пожарно-сторожевая охрана. *Образовательные технологии:* - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
2	*Практическое занятие № 1. Негативные факторы среды обитания человека.* *Дидактический компонент № 1. Среда обитания в системе «человек – среда обитания».* Космос как возможная среда обитания. Атмосфера как среда обитания и средство фототермической защиты Земли. Ультрафиолетовое излучение, его три биологические зоны и способность вызывать разрушительные фотохимические процессы на молекулярном уровне. Литосфера как среда обитания. Гидросфера как среда обитания. Биосфера как среда обитания. Ноосфера и интеллект. Ноксосфера и человек. Техносфера как среда обитания. *Дидактический компонент № 2. Негативные физические факторы среды обитания. Техногенные опасности.* Таксономия негативных физических факторов среды обитания. Таксономия техногенных опасностей и их поражающие факторы. Таксономия механических опасностей. Механические и акустические колебания, их роль в процессах жизнедеятельности. Таксономия производственного шума. Действие электрического тока на организм человека. Электромагнитные поля, их определяющая роль в биопроцессах. *Дидактический компонент № 3. Природные и техногенные электромагнитные излучения, и жизнедеятельность.* Шкала электромагнитных волн. Неионизирующее и ионизирующее излучения, инфракрасное излучение и радиоизлучение как элементы среды обитания. Видимый диапазон электромагнитных излучений. Ультрафиолетовое излучение как элемент среды обитания и источник опасности для человека. Лазерные излучения, их роль в процессах жизнедеятельности. Корпускулярное ионизирующее излучение как источник опасности для человека. Фотонное ионизирующее излучение. Рентгеновское излучение как источник опасности для человека. Гамма-излучение как источник опасности для человека. *Дидактический компонент № 4. Негативные биологические факторы среды обитания. Биологические опасности.* Содержание понятия «биологические опасности». Таксономия биологических опасностей. Таксономия негативных биологических факторов среды обитания. Пандемия и эпидемия. Панзоотия и эпизоотия. Панфитотия и эпифитотия. Микроорганизмы как источник постоянной опасности для человека: виды, краткая характеристика, закономерности роста и размножения. Бактериологическое нормирование. Таксономия и характеристика возбудителей заболеваний человека. Таксономия и характеристика возбудителей заболеваний сельскохозяйственных животных. Таксономия и характеристика возбудителей заболеваний сельскохозяйственных растений. *<u>Образовательные технологии:</u>* - традиционная – традиционный семинар (ведущий метод – беседа с комментированием).	2
2	*Практическое занятие № 2. Основы антропогенеза и экологии в*	2

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
	контексте обеспечения безопасности жизнедеятельности. *Дидактический компонент № 1. Человек в системе «человек – среда обитания». Антропогенные опасности и их поражающие факторы.* Экологические факторы среды обитания. Гомосфера и схема жизнедеятельности человека. Взаимосвязь факторов окружающей природной и социальной сред, влияющих на здоровье человека. Антропогенез, антропогенные (антропические) факторы и их источники. Таксономия антропогенных опасностей и их поражающие факторы. Индекс загрязнения, предельно допустимая концентрация, фоновая концентрация, токсическая концентрация. Система мониторинга окружающей среды. Государственная наблюдательная сеть за загрязнением окружающей среды Федеральной службы России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды. *Дидактический компонент № 2. Поражающие факторы опасностей различного генеза. Экологические опасности.* Тенденции изменения экологической обстановки, сопровождающие научно-технический прогресс. Таксономия экологических опасностей и их поражающие факторы. Экологически опасные объекты: тяжёлые металлы и их соединения; пестициды (дефолианты, зооциды, арборициды, акарициды, инсектициды, фунгициды, детергенты); диоксины; соединения серы, фосфора и азота; фреоны (хладоны). Источники загрязнения воздуха, способы его защиты, критерии контроля его качества и методы его очистки. Источники загрязнения водного бассейна. Методы очистки и обеззараживание воды. Источники загрязнения почв. Продукты питания и экология. *Образовательные технологии:* - традиционная – традиционный семинар (ведущий метод – беседа с комментированием).	
2	*Практическое занятие № 3. Особенности воздействия факторов среды обитания на человека в условиях возникновения аварий различного генеза.* *Дидактический компонент № 1. Негативные факторы среды обитания, характерные для чрезвычайных ситуаций мирного времени. Аварии на опасных объектах.* Таксономия опасных объектов. Особенности аварий на пожароопасных и взрывоопасных объектах промышленности. Особенности аварий на газопроводах, нефтепроводах, аммиакопроводах и продуктопроводах. Особенности аварий на транспорте. Аварии на трубопроводах, вызвавшие выброс большой массы транспортируемых веществ и загрязнение ими окружающей среды. Аварии на энерго- и других инженерных сетях, повлёкшие нарушение нормальной жизнедеятельности населения в результате возникновения вторичных факторов. Особенности аварий на гидротехнических сооружениях. *Дидактический компонент № 2. Негативные факторы среды обитания, характерные для чрезвычайных ситуаций мирного времени. Аварии на радиационно опасных объектах.* Особенности аварий на объектах атомной энергетики. Аварии на транспорте с радиоактивным загрязнением территории. Аварийное	2

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
	облучение людей как основной поражающий фактор аварий на радиационно опасных объектах. Характер отличий радиационной обстановки при аварии на радиационно опасном объекте от радиационной обстановки в результате ядерного взрыва. Радиационный контроль состояния окружающей среды. *Дидактический компонент № 3. Негативные факторы среды обитания, характерные для чрезвычайных ситуаций мирного времени. Аварии на химически опасных объектах. Аварии на бактериологически опасных объектах.* Особенности аварий на химически опасных объектах. Вероятные причины возникновения аварий на химически опасных объектах. Аварии на химически опасных объектах с выбросом (утечкой) в окружающую среду сильнодействующих ядовитых веществ. Аварии на водных коммуникациях [происшествия, которые повлекли значительное количество человеческих жертв или вызвали загрязнение территорий (акваторий) нефтепродуктами и (или) химически опасными веществами]. Химический контроль состояния окружающей среды. Аварии с выбросом (утечкой) в окружающую среду бактериологических средств и биологических веществ в концентрациях, превышающих допустимые значения. *Образовательные технологии:* - традиционная – традиционный семинар (ведущий метод – беседа с комментированием).	
2	*Интерактивное практическое занятие № 4. Поражающие факторы опасностей различного генеза. Природные опасности.* *Дидактический компонент № 1. Литосферные и гидросферные опасности.* Содержание понятия «природные опасности». Закономерности существования, развития и распространения природных опасностей. Таксономия природных опасностей (по локализации) и их поражающие факторы. Взаимообусловленность происхождения природных опасностей. Землетрясение, извержение вулкана, обвал, оползень, сель, снежная лавина как литосферные опасности (история происшествий, причины возникновения, механизмы функционирования и воздействия на человека, способы защиты при их возникновении и развитии, меры профилактики). Наводнение и цунами как гидросферные опасности (история происшествий, причины возникновения, механизмы функционирования и воздействия на человека, способы защиты при их возникновении и развитии, меры профилактики). *Дидактический компонент № 2. Атмосферные и космические опасности.* Циклон, антициклон, муссон, пассат. Атмосферное давление. Ливень, туман, гололёд, гром, молния, гроза, ураган, буря, шторм, тайфун, смерч, торнадо как атмосферные опасности (история происшествий, причины возникновения, механизмы функционирования и воздействия на человека, способы защиты при их возникновении и развитии, меры профилактики). Астероид, комета и космическое излучение как космические опасности (история происшествий, причины возникновения, механизмы функционирования и воздействия на человека, способы защиты при их возникнове-	2

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
	нии и развитии, меры профилактики). Таксономия фотобиологических процессов (по функциональной роли). Содержание понятия «стихийное бедствие». Воздействие поражающих факторов природных явлений на процессы жизнедеятельности. *Образовательные технологии:* - нетрадиционные – мультимедиа-технология (интерактивный семинар); технология интерактивного обучения [эвристическая беседа (сократический диалог) / дискуссия / презентации студентов / метод «круглого стола» / метод «мозгового штурма» / творческие задания / методика «займи позицию» / групповое обсуждение / методика «дерево решений» / методика «ПОПС-формула»]; кейс-технология.	
2	*Практическое занятие № 5. Негативные психофизиологические и социальные факторы среды обитания.* *Дидактический компонент № 1. Негативные психофизиологические факторы среды обитания.* Сенсорные системы с точки зрения теории безопасности жизнедеятельности. Психические состояния человека в контексте теории безопасности жизнедеятельности. Повышенные психические напряжения, характерные для различных видов профессиональной деятельности. Методы повышения безопасности жизнедеятельности, обусловленные психологическими факторами возникновения опасных ситуаций и несчастных случаев. Совместимость элементов системы «человек – среда обитания». Пути управления факторами среды обитания. *Дидактический компонент № 2. Поражающие факторы опасностей различного генеза. Социальные опасности.* Таксономия социальных опасностей (по природе возникновения, по масштабам распространения, по демографическим признакам, по способу организации) и их поражающие факторы. Источники социальных опасностей и пути их распространения. Принципы и условия формирования негативного социального поведения, способы и приёмы их профилактики. Наркомания как социальная опасность. Алкоголизм как социальная опасность. Курение как социальная опасность. Самоубийство как социальная опасность. Здоровый образ жизни. *Дидактический компонент № 3. Терроризм как актуальная социальная опасность современности. Основы противодействия терроризму: существованию, развитию и распространению.* Содержание понятий: «война», «насилие», «террор», «терроризм». Цель, задачи, признаки и сущность терроризма. Состав субъектов и объектов террористической деятельности. Виды терроризма – содержание, сходства и различия между ними. Терроризм как актуальная социальная опасность современности: предпосылки возникновения, механизм функционирования и воздействия на человека, спектр последствий, способы защиты, меры профилактики. Проблемы противодействия терроризму различного генеза. Рекомендации населению по предотвращению террористических актов. Основные и перспективные средства для борьбы с терроризмом. Терроризм и терроризирование как свойства преступного	2

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
	деяния и как признаки состава преступления. Терроризм как социокультурное явление. Финансирование терроризма как вид организованной преступности. Политический терроризм как форма этнического и религиозного экстремизма. *Образовательные технологии:* - традиционная – традиционный семинар (ведущий метод – беседа с комментированием).	
2	*Практическое занятие № 6. Масштабы распространения последствий чрезвычайных ситуаций различного генеза. Размеры и структура зон поражения.* Размеры и структура зоны радиоактивного заражения (загрязнения) при ядерном взрыве. Размеры и структура очага ядерного поражения. Размеры и структура зоны радиоактивного заражения (загрязнения) при аварии на атомной электростанции. Параметры, определяющие размеры зон химического заражения, образующихся в результате применения отравляющих веществ. Параметры, определяющие размеры зоны химического заражения, образующейся в результате аварии на химически опасном объекте. Таксономия очагов химического поражения, образующихся в результате применения отравляющих веществ. Таксономия очагов химического поражения аварийно химически опасными веществами. Параметры, определяющие размеры зоны бактериологического заражения. Очаг бактериологического поражения, карантин и обсервация. Характеристика очага комбинированного поражения. *Образовательные технологии:* - традиционная – традиционный семинар (ведущий метод – беседа с комментированием).	2
4	*Интерактивное практическое занятие (лабораторный практикум) № 7. Приборы радиационной и химической разведки, контроля радиоактивного заражения и облучения.* Принцип действия полевых дозиметрических приборов. Схема устройства дозиметрического прибора. Общее устройство и правила работы с радиометром-рентгенметром ДП–5А (Б): предназначение, комплектность, панель измерительного пульта, диапазон измерения, подготовка прибора к работе, измерение гамма-излучений, измерение бета-излучений. Общее устройство и правила работы с комплектом индивидуальных дозиметров ДП–22В (ДП–24): предназначение, комплектность, диапазон измерения, подготовка прибора к работе, измерение индивидуальных доз гамма-излучения. Общее устройство и правила работы с войсковым прибором химической разведки (ВПХР): предназначение, принцип действия, комплектность, подготовка прибора к работе, порядок работы с двумя индикаторными трубками с красным кольцом и красной точкой (для определения зарина, зомана, V_x), порядок работы с трубкой с тремя зелёными кольцами (для определения фосгена, дифосгена, синильной кислоты и хлорциана), порядок работы с индикаторной трубкой с одним жёлтым кольцом (для определения иприта). *Образовательные технологии:* - нетрадиционные – технология проблемного обучения (по	2

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
	методу лабораторных уроков в форме ознакомления с устройством и алгоритмами работы приборов радиационной и химической разведки, контроля радиоактивного заражения и облучения).	
4	*Интерактивное практическое занятие (лабораторный практикум) № 8. Методика прогнозирования радиационной обстановки при аварии на радиационно опасном объекте и при ядерном взрыве.* Общие понятия о радиационной обстановке и её оценке. Приведение уровней радиации к одному времени после взрыва (задача № 1). Определение возможных доз облучения при действиях на местности, заражённой радиоактивными веществами (задача № 2). Определение допустимой продолжительности пребывания людей на заражённой местности (задача № 3). Определение допустимого времени начала преодоления зон радиоактивного заражения (задача № 4). Определение времени начала и продолжительности ведения аварийно-спасательных и других неотложных работ на заражённой радиоактивными веществами местности (задача № 5). Определение режимов радиационной защиты рабочих, служащих и производственной деятельности объекта (задача № 6). Определение возможных радиационных потерь рабочих, служащих, населения (задача № 7). *Образовательные технологии:* - нетрадиционные – технология проблемного обучения (по методу лабораторных уроков в форме решения типовых задач).	2
4	*Интерактивное практическое занятие (лабораторный практикум) № 9. Методика прогнозирования химической обстановки при аварии на химически опасном объекте и при применении химического оружия. Методика прогнозирования пожарной обстановки.* Общие понятия о химической обстановке. Определение размеров и площади зоны химического заражения, границ очага химического поражения и типа отравляющего вещества (задача № 1). Определение глубины распространения заражённого воздуха (задача № 2). Определение стойкости отравляющих веществ на местности и технике (задача № 3). Определение допустимого времени пребывания людей в средствах защиты (задача № 4). Определение возможных потерь рабочих, служащих, населения (задача № 5). Определение степени химической опасности объекта (задача № 6). Определение вероятных размеров зон химического заражения и площади заражения при аварии на химически опасном объекте (задача № 7). Расчёт параметров движения облака аварийно химически опасного вещества при аварии на химически опасном объекте (расчёт времени подхода облака заражённого воздуха к населённому пункту; задача № 8). Определение потерь людей от действия аварийно химически опасного вещества (задача № 9). Общие положения и содержание оценки пожарной обстановки. Оценка отдельных элементов пожарной обстановки в очаге ядерного поражения (задача № 10). Оценка отдельных элементов пожарной обстановки в мирное время (задача № 11). *Образовательные технологии:*	2

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
	- нетрадиционные – технология проблемного обучения (по методу лабораторных уроков в форме решения типовых задач).	
5	*Интерактивное практическое занятие № 10. Пути защиты человека от негативных факторов производственной среды.* *Дидактический компонент № 1. Пути защиты человека от негативных физических факторов производственной среды. Метеоусловия, микроклимат, механические опасности и колебания, акустические колебания, электричество.* Основы обеспечения безопасности человека в сложных метеоусловиях. Параметры микроклимата производственной среды. Способы защиты от механических опасностей. Нормирование и защита от акустических загрязнений. Методы защиты от шума. Методы защиты от ультразвука при воздушном облучении. Защита от действия ультразвука при контактном облучении. Способы защиты от вибраций (борьба с вибрацией в источнике её возникновения; отстройка от режима резонанса; вибродемпфирование; виброгашение; виброизоляция). Поражения электрическим током: электрические травмы и электрические удары. Защита от поражения электрическим током. *Дидактический компонент № 2. Пути защиты человека от негативных физических факторов производственной среды. Излучения.* Способы защиты от электромагнитных полей и излучений. Принципы и меры радиационной безопасности при работе с источниками ионизирующих излучений. Методы и средства защиты от ионизирующих излучений. Защита от внутреннего облучения. Гигиеническое нормирование ионизирующих излучений (нормы радиационной безопасности). Основы обеспечения радиационной безопасности на атомной электростанции. Безопасность при обращении с радиоактивными отходами атомных электростанций. Нормирование и защита от неионизирующих электромагнитных излучений различных спектральных диапазонов. *Дидактический компонент № 3. Пути защиты человека от негативных химических, биологических и психофизиологических факторов производственной среды.* Нормирование вредных и токсичных веществ. Предупреждение загрязнения воздушной среды. Защита человека от вредных и ядовитых примесей в воздухе. Предупреждение химических ожогов. Защита от негативных биологических факторов. Профориентация и профотбор. Опасные действия работников в процессе трудовой деятельности. Профессионально важные качества работников. Система работы с персоналом. Основы нормализации условий труда по тяжести и напряжённости трудового процесса. Рабочая поза. *Дидактический компонент № 4. Обеспечение безопасности в сфере адаптивной физической культуры.* Техника безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья, с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала. Планирование (прогнозирование, моделирование и программирование) организации	2

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
	физкультурно-спортивных мероприятий с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью. Технология оказания первой помощи пострадавшим в процессе занятий. Методы контроля за соблюдением правил и норм охраны труда, техники безопасности, обеспечением охраны жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий. Планирование (прогнозирование, моделирование и программирование) использования методов защиты обучающихся от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий на уроках физической культуры, адаптивной физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий. *Образовательные технологии:* - нетрадиционные – мультимедиа-технология (интерактивный семинар); технология интерактивного обучения [эвристическая беседа (сократический диалог) / дискуссия / презентации студентов / метод «круглого стола» / метод «мозгового штурма» / творческие задания / методика «займи позицию» / групповое обсуждение / методика «дерево решений» / методика «ПОПС-формула»]; кейс-технология.	

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1 3	*Лекция № 1. Базовые аспекты теории безопасности.* *Теоретические основы безопасности жизнедеятельности.* Безопасность жизнедеятельности как научная дисциплина: актуальность изучения, цель изучения, задачи изучения, объект изучения, предмет изучения, методы изучения. Основные термины и понятия, определяющие сферу безопасности жизнедеятельности. Виды безопасности. Разделы безопасности жизнедеятельности. Номенклатура опасностей, порядок составления и целесообразность её применения. Классификация опасностей как инструмент понимания их природы. Принципы возникновения и классификация чрезвычайных ситуаций. Теоретические и практические основы безопасности в системе «человек – среда обитания – машины – чрезвычайные ситуации». Аксиомы безопасности жизнедеятельности. Безопасность жизнедеятельности как учебная дисциплина: актуальность изучения для будущего специалиста, цель изучения, задачи изучения, методы изучения. *Теоретико-методологические аспекты обеспечения безопасности жизнедеятельности.* Пути предотвращения чрезвычайных ситуаций. Принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Ориентирующие принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Технические принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Управленческие принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Организационные принци-	2

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
	пы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Методы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация и способы применения в деятельности. Средства обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация и способы применения в деятельности. Правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности. Системы безопасности объектов. Действия населения по предотвращению / снижению интенсивности воздействия поражающих факторов чрезвычайных ситуаций, характерных для мирного времени. *Образовательные технологии:* - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.	

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
2	*Интерактивное практическое занятие № 1. Система «человек – среда обитания» как объект научного анализа.* Ноксосфера. Космос. Атмосфера. Литосфера. Гидросфера. Биосфера. Ноосфера. Техносфера. Гомосфера. Среда обитания в системе «человек – среда обитания». Человек в системе «человек – среда обитания». Фототермическая защита Земли атмосферой. Воздействие поражающих факторов природных явлений на процессы жизнедеятельности. Природные и техногенные физические поля, и жизнедеятельность. Механические и акустические колебания, их роль в процессах жизнедеятельности. Электромагнитные поля, их определяющая роль в биопроцессах. Ионизирующее излучение. Видимый диапазон электромагнитных излучений. Источники антропогенных факторов. Поражающие факторы чрезвычайных ситуаций антропогенного характера. Размеры и структура зон поражения. Особенности аварий на объектах атомной энергетики. Радиационный и химический контроль состояния окружающей среды. Тенденции изменения экологической обстановки, сопровождающие научно-технический прогресс. Основные виды загрязнений окружающей среды. Источники загрязнения воздуха. Источники загрязнения водного бассейна. Источники загрязнения почв. Принципы рационального природопользования. *Образовательные технологии:* - нетрадиционные – мультимедиа-технология (интерактивный семинар); технология интерактивного обучения [дискуссия / презентации студентов / творческие задания / групповое обсуждение]; кейс-технология.	2
4	*Интерактивное практическое занятие № 2. Принципы организации и способы защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях различного генеза.* Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Организация и проведение защитных мер при внезапном возникновении чрезвычайных ситуаций. Первый способ защиты – укрытие населения в защитных сооружениях. Второй способ защиты – эвакуация населения и рассредоточение рабочих и служащих. Третий способ защиты – использование населением средств индивидуальной защиты. Противорадиационная, противохимическая, противобактериологическая	2

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
	защита: предназначение**,** состав мероприятий и порядок их проведения. Основные правила поведения и оптимальные действия населения в условиях радиоактивного, химического и бактериологического заражения. Поражения радиоактивными веществами, отравляющими веществами, аварийно химически опасными веществами и бактериальными средствами. Защита и обеззараживание продовольствия и воды. Спасательные и другие неотложные работы: предназначение**,** виды и порядок их проведения в условиях чрезвычайных ситуаций различного генеза. Оказание первой помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях. Основы устойчивости работы объектов. Пути повышения устойчивости функционирования производственных объектов с учётом вероятности возникновения чрезвычайных ситуаций. *Образовательные технологии:* - нетрадиционные – мультимедиа-технология (интерактивный семинар); технология интерактивного обучения [дискуссия / презентации студентов / творческие задания / групповое обсуждение]; кейс-технология.	

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Абраменко, М. Н. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / М. Н. Абраменко, А. В. Завьялов. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 97 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572424
2. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для вузов / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 313 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05849-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/510519
3. Курдюмов, В. И. Безопасность жизнедеятельности: проектирование и расчет средств обеспечения безопасности : учебное пособие для вузов / В. И. Курдюмов, Б. И. Зотов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 249 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07668-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513971
4. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 639 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12794-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/511426
5. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / О.М. Холодов, В.И. Дуц, А.М. Кубланов [и др.]; Министерство спорта Российской Федерации ; Воронежский государственный институт физической культуры, Кафедра медико-биологических, естественнонаучных и математических дисциплин. - Воронеж : Научная книга, 2020. -198 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Акимова, Л.А. Методика обучения и воспитания безопасности жизнедеятельности в образовательных организациях : учебник для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / Л.А. Акимова, Е.Е. Лутовина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2020. — 335, [1] с. : ил.
2. Безопасность жизнедеятельности : учебник / В. О. Евсеев, В. В. Кастерин, Т. А. Коржинек [и др.] ; под ред. Е. И. Холостовой, О. Г. Прохоровой. – 4-е изд., стер. – Москва : Дашков и К°, 2022. – 452 с. : ил., табл. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684378
3. Безопасность жизнедеятельности для педагогических и гуманитарных направлений : учебник и практикум для вузов / С.В. Абрамова, Л.Г. Буйнов, Ю.В. Громов [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Юрайт, 2022. — 398, [1] с. : ил.
4. Безопасность жизнедеятельности для педагогических и гуманитарных направлений : учебник и практикум для вузов / В. П. Соломин [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 399 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01400-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/510839
5. Ерёмин, И.Б. Теоретические основы безопасности на объекте спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие / И.Б. Ерёмин, А.И. Лебедев, А.В. Хитёв. - СПб. : [б.и.], 2018. – 114 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник / И.В. Бабайцев [и др.]; под ред. Б. С. Мастрюкова. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 294, [1] с. : ил.
7. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник / С.А. Полиевский [и др.]; под ред. С. А. Полиевского. - Москва : Академия, 2013. - 365, [1] с. : ил.
8. Микрюков, В.Ю. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник / В.Ю. Микрюков. - Москва :Кнорус, 2013. - 331, [2] с. : ил.
9. Михайлова, Д.А. Методика обучения предмету "Основы безопасности жизнедеятельности" и дисциплине "Безопасность жизнедеятельности" [Электронный ресурс] : учебное пособие / Д.А. Михайлова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2016. – 128 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
10. Михайлова, Д.А. Теоретические основы безопасности человека [Электронный ресурс] : учебное пособие / Д.А. Михайлова). - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 367 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
11. Основы безопасности жизнедеятельности. Государственная система обеспечения безопасности населения : учебное пособие / [сост. А. Н. Приешкина и др.]. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2017. – 80 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
12. Рубис, Л.Г. Безопасность в спортивном туризме [Текст] : учебное пособие / Л.Г. Рубис, Т.Ю. Тарасеня; Министерство образования и науки Российской Федерации ; Санкт-Петербургский государственный университет технологии и дизайна. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. - 118 с. : ил.
13. Уколова, И.П. Основы международной безопасности : учебное пособие / И.П. Уколова. - СПб. : [Б. и.], 2018. – 154 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link isexternal)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link isexternal)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа № 8 (4 этаж, нежилое помещение № 2) – Специализированная мебель: Учебный стол – 38 шт., стул – 108 шт., стол письменный – 1 шт., трибуна – 1 шт. Оборудование: доска меловая – 2 шт., стационарное мультимедийное оборудование [Проектор OPTOMA DX319p, Экран Screen Media Goldview 16,9 GB 171x171 (165*92) – 1 шт., Компьютер «Эксперт» с монитором 18,5" LG] – 1 шт.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации № 19 (2 этаж, нежилое помещение № 6) – Специализированная мебель: Учебный стол – 20 шт.; скамья – 21 шт., письменный стол – 1 шт., шкаф – 1 шт. Оборудование: Доска меловая – 2 шт., наглядные учебные пособия (*стенды информационные* по тематике дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» – 12 шт.; *учебное вооружение и имущество для обеспечения учебного процесса:* радиометр-рентгенометр ДП–5Б – 1 шт., комплект индивидуальных дозиметров ДП–24 – 1 шт., войсковой прибор химической разведки – 1 шт., гражданские противогазы ГП–5 – 7 шт., аптечки индивидуальные АИ–2 – 6 шт., аптечка первой помощи – 1 шт., общевойсковой защитный комплект ОЗК – 1 шт.).

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro – №№ лицензий 64663702 от 21.01.2015 г., 64715749 от 24.01.2015 г. срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office: 2013 г., 2016 г. (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№ лицензий 68894043 от 19.12.2011 г.; 45665275 от 21.01.2015 г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019 г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор № С-6161 от 03.11.2020 г., срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от 07.11.2018 г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU; Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия № 348005 от 23.12.2019 г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра биохимии

Рабочая программа дисциплины (модуля)

БИОХИМИЯ ЧЕЛОВЕКА

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02. Физическая культура лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02. Физическая культура лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)
Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«30» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ **Дорофейков В.В.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:
ст. преподаватель каф. биохимии Анпенко И.Ю.

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на I курсе по очной и заочной формам обучения. Вид промежуточной аттестации: ***экзамен.***

ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Обучение	ОПК-4. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся
Планирование	ОПК-13. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-4	ОПК-4.1. Знает: - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека ОПК-4.2. - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи	ОПК-4.1. Знает: - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека ОПК-4.2. - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи

	ОПК-4.3. - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе	ОПК-4.3. - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе
ОПК-13	ОПК-13.1. Знает: - химический состав организма человека	ОПК-13.1. Знает: - химический состав организма человека

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**54**	54							
В том числе:										
Занятия лекционного типа		**20**	20							
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		**34**	34							
Промежуточная аттестация (экзамен)		**27**	27							
Самостоятельная работа студента		**27**	27							
Общая трудоемкость	**часы**	**108**	108							
	зачетные единицы	**3**	3							

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**14**	14								
В том числе:											
Занятия лекционного типа		**6**	6								
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		**8**	8								
Промежуточная аттестация (экзамен)		**9**	9								
Самостоятельная работа студента		**85**	85								
В т.ч. Контрольная работа		20	20								
Общая трудоемкость	**часы**	**108**	108								
	зачетные единицы	**3**	3								

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п.п.	Тема (раздел)	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Химический состав организма	Общая характеристика химического состава организма. Основы органической химии. Строение и биологическая роль белков, нуклеиновых кислот, углеводов, липидов.	Знания: - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - химический состав организма человека.
2.	Общая характеристика обмена веществ	Обмен веществ и энергии между организмом и окружающей средой. Биологическая роль пищеварения. Основные закономерности катаболизма и анаболизма. Тканевое дыхание. АТФ – строение, биологическая роль. Ферменты	Знания: - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека;
3.	Обмен отдельных классов органических соединений.	Переваривание и всасывание белков, нуклеиновых кислот, углеводов и липидов. Синтез белков. Анаэробное и аэробное окисление углеводов. Синтез и распад гликогена. Синтез и окисление жирных кислот.	Знания: - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека. Умения: - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; Имеет опыт: - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе
4.	Витамины. Гормоны	Биологическая роль и классификация витаминов. Авитаминозы, гипо- и гипервитаминозы. Общая характеристика нервно-гормональной регуляции. Рецепторы гормонов. Общие механизмы действия гормонов. Химическая природа гормонов. Краткая характеристика отдельных гормонов.	Знания: - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека.
5.	Биохимия крови, почек и мочи.	Биологические функции крови. Химический состав плазмы крови. Строение и химический состав эритроцитов. Участие лейкоцитов в обеспечении иммунитета. Строение нефрона и этапы образования мочи. Химический состав мочи. Интер-	Знания: - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека Умения:

		претация данных клинико-лабораторных исследований мочи и крови.	- проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи Имеет опыт: - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция № 1. Строение и биологическая роль белков**. Общая характеристика строения белков. Общая формула аминокислот, входящих в белковые молекулы. Классификация аминокислот. Типы химических связей между аминокислотами. Строение полипептида. Классификация белков. Белки простые и сложные. Пространственное строение белковой молекулы. Амфотерность белков. Биологические функции белков: структурная, каталитическая, сократительная, регуляторная, транспортная, защитная, энергетическая.	2
2.	**Лекция №2. Общие закономерности обмена веществ.** Обмен веществ и энергии между организмом и внешней средой. Макроэргические соединения. АТФ – универсальный источник энергии. Пищеварение. Основные стадии пищеварения – переваривание и всасывание. Гидролиз - основной способ расщепления пищевых веществ. Общая характеристика метаболизма. Катаболизм. Отличие катаболизма от переваривания. Окисление – основной способ расщепления химических соединений при катаболизме. Образование АТФ в процессе катаболизма. Цикл Кребса – завершающий этап катаболизма. Анаболизм.	2
2.	**Лекция № 3. Ферментативный катализ.** Ферменты – катализаторы химических реакций в организме. Строение ферментов: активный и аллостерический центры, коферменты. Основные стадии ферментативной реакции. Особенности ферментов как биологических катализаторов. Влияние температуры и pH на скорость ферментативных реакций. Ингибиторы и активаторы ферментов. Классификация ферментов. Регуляция скорости ферментативных реакций.	2
2.	**Лекция №4. Биологическое окисление.** Тканевое дыхание – основной, главный путь биологического окисления. Ферменты тканевого дыхания: никотинамидные дегидрогеназы, флавиновые ферменты и цитохромы. Перенос электронов и протонов по дыхательной цепи. Энергетический эффект тканевого дыхания. Окислительное фосфорилирование. Другие типы биологического окисления: анаэ-	2

	робное, микросомальное и свободнорадикальное окисление.	
3.	**Лекция № 5. Обмен углеводов.** Переваривание и всасывание углеводов в пищеварительном тракте. Основные стадии синтеза гликогена из глюкозы (гликогенез). Распад гликогена до глюкозы. Гипергликемия и гипогликемия. Превращение углеводов ГДФ-пути – один из основных источников энергии. Распад гликогена и глюкозы до пировиноградной кислоты (ПВК), отдельные стадии этого процесса, итоговое уравнение, энергетический эффект. Окислительное декарбоксилирование ПВК, итоговое уравнение, энергетический эффект. Цикл трикарбоновых кислот (ЦТК), биологическая роль, схема цикла, итоговое уравнение, энергетический эффект. Итоговое уравнение полного окисления глюкозы и гликогена. Анаэробный распад углеводов. Механизм образования молочной кислоты. Итоговое уравнение, биологическая роль гликолиза	2
3.	**Лекция № 6. Обмен жиров.** Переваривание и всасывание жиров. Окисление глицерина. Окисление жирных кислот. Образование и использование кетоновых тел. Синтез жирных кислот и триглицеридов. Липопротеиды плазмы крови. Липидограмма.	2
3.	**Лекция № 7. Обмен белков.** Переваривание и всасывание белков в пищеварительном тракте. Протеолиз тканевых белков. Лизосомы. Первый этап синтеза белков – транскрипция. Второй этап синтеза белков – рекогниция. Третий этап синтеза белков – трансляция. Регуляция синтеза белков. Азотистый баланс.	2
4.	**Лекция № 8. Витамины. Гормоны.** Определение понятия «витамины». Биологическая роль витаминов в организме. Классификация и номенклатура витаминов. Авитаминозы, гиповитаминозы и гипервитаминозы. Основные причины гиповитаминозов. Водорастворимые витамины, краткая характеристика витаминов B_1, B_2, B_5, B_6,B, B_{12}, B_c, C, P PP. Жирорастворимые витамины. Краткая характеристика витаминов A, D,E, K. Общая характеристика нервно-гормональной регуляции. Рецепторы гормонов. Общие механизмы действия гормонов. Химическая природа гормонов. Краткая характеристика отдельных гормонов.	2
5.	**Лекция № 9. Биохимия крови.** Общая характеристика крови. Биологические функции крови. Химический состав плазмы крови. Строение, химический состав и особенности метаболизма эритроцитов. Участие эритроцитов в транспорте кислорода и углекислого газа. Общая характеристика лейкоцитов и их участие в обеспечении иммунитета. Свертывание крови. Кислотно-щелочной баланс крови.	2
5.	**Лекция № 10. Биохимия почек и мочи.** Особенности метаболизма почек. Строение нефрона. Этапы образования мочи. Регуляция образования мочи. Физико-химические свойства мочи. Химический состав мочи. Патологические компоненты мочи.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**занятие 1. Основы органической химии** Теория строения органических соединений А.М. Бутлерова. Классификация и номенклатура органических соединений. Углеводороды, кислородсодержащие органические молекулы. Функциональные группы.	2
1.	**занятие 2. Строение и биологическая роль белков.** Общая характеристика строения белков. Общая характеристика аминокислот. Общая формула аминокислот, входящих в белковые молекулы. Классификация аминокислот. Типы химической связи в молекуле белка. Белки простые и сложные. Биологические функции белков: структурная, каталитическая, транспортная, защитная, энергетическая. **Лабораторная работа.** Полуколичественный экспресс-анализ определения белка в моче с использованием диагностических тест-полосок Siemens	2
1	**занятие № 3. Строение и биологическая роль углеводов.** Общая характеристика строения углеводов. Альдозы и кетозы. Классификация углеводов. Моносахариды. Строение и биологическая роль глюкозы. Олигосахариды. Строение и биологическая роль лактозы и сахарозы. Полисахариды. Строение и биологическая роль гликогена, крахмала и целлюлозы. Мукополисахариды	2
1	**занятие № 4. Строение и биологическая роль липидов** Общая характеристика липидов. Строение жиров. Насыщенные и ненасыщенные жирные кислоты. Полиненасыщенные жирные кислоты. Наиболее распространенные в природе жирные кислоты. Биологическая роль жиров. Общая характеристика липидов. Классификация липидов. Холестерин и его производные. Роль липидов в построении мембран	2
2	**занятие № 5. Общие закономерности обмена веществ.** Обмен веществ и энергии между организмом и внешней средой. Пищеварение. Основные стадии пищеварения – переваривание и всасывание. Общая характеристика метаболизма. Катаболизм. Отличие катаболизма от переваривания. Окисление – основной способ расщепления химических соединений при катаболизме. Общий путь катаболизма. Регуляция этапов общего пути катаболизма. Образование АТФ в процессе катаболизма. Общая характеристика анаболизма.	2
2	**занятие № 6. Ферментативный катализ.** Ферменты – катализаторы химических реакций в организме. Строение ферментов: активный и аллостерический центры, коферменты. Основные стадии ферментативной реакции. Особенности ферментов как биологических катализаторов. Влияние температуры и pH на скорость ферментативных реакций. Ингибиторы и активаторы ферментов. Классификация ферментов. Регуляция скорости ферментативных реакций.	2
2	**занятие № 7. Биологическое окисление.** Свободное и сопряженное окисление. Тканевое дыхание – основной, главный путь биологического окисления. Ферменты тканевого дыхания: никотинамидные дегидрогеназы, флавиновые ферменты и цитохромы. Перенос электронов и протонов по дыхательной цепи. Энергетический эффект тканевого дыхания. Окислительное фосфорилирование.	2
3	**занятие № 8. Обмен углеводов.** Переваривание и всасывание углеводов в пищеварительном тракте. Син-	2

	тез и распад гликогена. Регуляция метаболизма гликогена Гипергликемия и гипогликемия. Анаэробный распад углеводов. Итоговое уравнение, биологическая роль гликолиза. **Лабораторная работа.** Полуколичественный экспресс – метод определения глюкозы в моче с использованием диагностических тест-полосок Siemens	
3	**занятие № 9. Обмен углеводов** Аэробный распад гликогена и глюкозы. Отдельные стадии этого процесса, итоговое уравнение, энергетический эффект. Роль аэробного и анаэробного окисления глюкозы в энергообеспечении двигательной деятельности. ГМФ-путь распада углеводов. Синтез глюкозы (глюконеогенез).	2
3	**занятие № 10. Обмен жиров.** Переваривание и всасывание жиров. Ожирение. Окисление глицерина. Окисление жирных кислот. Образование и использование кетоновых тел. Синтез жирных кислот и триглицеридов. Обмен холестерина. Липопротеины плазмы крови. **Лабораторная работа.** Полуколичественный экспресс – метод определения кетоновых тел в моче с использованием диагностических тест-полосок Siemens	2
3	**Занятие № 11. Строение и биологическая роль нуклеиновых кислот. Обмен нуклеиновых кислот.** Общая характеристика нуклеиновых кислот. Строение мононуклеотидов. Азотистые основания, входящие в состав нуклеиновых кислот. Образование полинуклеотидов. Спаривание азотистых оснований. Комплементарность. Строение молекулы ДНК. Биологическая роль РНК и ДНК. Переваривание и всасывание нуклеиновых кислот. Внутриклеточный распад нуклеиновых кислот. Судьба азотистых оснований. Синтез пуриновых и пиримидиновых мононуклеотидов. Репликация и транскрипция.	2
3	**занятие № 12. Обмен белков** Переваривание и всасывание белков в пищеварительном тракте. Протеолиз тканевых белков. Лизосомы. Первый этап синтеза белков – транскрипция. Второй этап синтеза белков – рекогниция.Третий этап синтеза белков – трансляция. Регуляция синтеза белков. Общая характеристика метаболизма аминокислот. Общие пути распада аминокислот: декарбоксилирование, дезаминирование и трансаминирование. Косвенное дезаминирование аминокислот. Роль витамина B_6 в метаболизме аминокислот. Временное и окончательное обезвреживание аммиака. Использование аминокислот для синтеза небелковых соединений	2
4	**занятие № 13. Витамины.** Определение понятия «витамины». Биологическая роль витаминов в организме. Классификация и номенклатура витаминов. Авитаминозы, гиповитаминозы и гипервитаминозы. Основные причины гиповитаминозов. Водорастворимые витамины, краткая характеристика витаминов B_1, B_2, B_5, B_6,B, B_{12}, B_c, C, P PP. Жирорастворимые витамины. Краткая характеристика витаминов A, D,E, K. Рубежный контроль	2
4	**занятие № 14. Гормоны.** Общая характеристика нервно-гормональной регуляции. Рецепторы гормонов. Общие механизмы действия гормонов. Химическая природа гормонов. Краткая характеристика отдельных гормонов (место образования,	2

	строение, биологическую роль, проявление гипер- и гипопродукции).	
5	**занятие № 15. Биохимия крови.** Общая характеристика крови. Биологические функции. Химический состав. Основные белки крови. Понятие об осмотическом и онкотическом давлении, pH крови. Буферные системы крови. Небелковые азотсодержащие вещества. Обмен воды в организме. Обмен минеральных веществ. Основные характеристики обмена важнейших минеральных веществ (калия, натрия, кальция, фосфора, железа и др.)	2
5	**занятие № 16. Биохимия крови.** Основные ферменты крови. Причины появления ферментов в крови. Понятие о гипо- и гиперферментемиях. Строение, химический состав и особенности метаболизма эритроцитов. Участие эритроцитов в транспорте кислорода и углекислого газа. Общая характеристика лейкоцитов и их участие в обеспечении иммунитета. Свертывание крови. **Лабораторная работа.** Получение сыворотки и плазмы крови	2
5	**занятие № 17.** **Биохимия почек и мочи.** Особенности метаболизма почек. Строение нефрона. Этапы образования мочи. Регуляция образования мочи. Физико-химические свойства мочи. Химический состав мочи. **Лабораторная работа**. Определение кислотности и удельной плотности мочи с помощью индикаторных тест-полосок	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	Кол-во Часов
1.	**Лекция № 1.** Строение и биологическая роль белков Общая характеристика строения белков. Общая формула аминокислот, входящих в белковые молекулы. Классификация аминокислот. Типы химических связей между аминокислотами. Строение полипептида. Классификация белков. Белки простые и сложные. Пространственное строение белковой молекулы. Амфотерность белков. Биологические функции белков: структурная, каталитическая, сократительная, регуляторная, транспортная, защитная, энергетическая.	2
2.	**Лекция № 2. Общие закономерности обмена веществ. Биологическое окисление.** Обмен веществ и энергии между организмом и внешней средой. Макроэргические соединения. АТФ – универсальный источник энергии. Пищеварение. Основные стадии пищеварения – переваривание и всасывание. Катаболизм. Отличие катаболизма от переваривания. Образование АТФ в процессе катаболизма. Анаболизм. Тканевое дыхание – основной, главный путь биологического окисления. Ферменты тканевого дыхания: никотинамидные дегидрогеназы, флавиновые ферменты и цитохромы. Перенос электронов и протонов по дыхательной цепи. Энергетический эффект тканевого дыхания. Окислительное фосфорилирование. Другие типы биологического окисления: анаэробное, микросомальное и свободнорадикальное окисление	2
2	**Лекция № 3. Ферментативный катализ.** Ферменты – катализаторы химических реакций в организме. Строение ферментов: активный и аллостерический центры, коферменты. Основные	2

	стадии ферментативной реакции. Особенности ферментов как биологических катализаторов. Влияние температуры и pH на скорость ферментативных реакций. Ингибиторы и активаторы ферментов. Классификация ферментов. Регуляция скорости ферментативных реакций.	

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	Кол-во Часов
3	**занятие № 1. Обмен углеводов** Переваривание и всасывание углеводов в пищеварительном тракте. Синтез и распад гликогена. Регуляция метаболизма гликогена Гипергликемия и гипогликемия. Анаэробный распад углеводов. Итоговое уравнение, биоло-гическая роль гликолиза. Аэробный распад гликогена и глюкозы. Отдельные стадии этого процесса, итоговое уравнение, энергетический эффект. Роль аэробного и анаэробного окисления глюкозы в энергообеспечении двигательной деятельности. ГМФ-путь распада углеводов. Синтез глюкозы (глюконеогенез).	2
3	**занятие № 2. Обмен жиров** Переваривание и всасывание жиров. Ожирение. Окисление глицерина. Окисление жирных кислот. Образование и использование кетоновых тел. Синтез жирных кислот и триглицеридов. Обмен холестерина. Липопротеины плазмы крови. **Лабораторная работа.** Полуколичественный экспресс – метод определения кетоновых тел в моче с использованием диагностических тест-полосок Siemens	2
3.	**занятие № 3. Обмен белков** Переваривание и всасывание белков в пищеварительном тракте. Протеолиз тканевых белков. Лизосомы. Первый этап синтеза белков – транскрипция. Второй этап синтеза белков – рекогниция.Третий этап синтеза белков – трансляция. Регуляция синтеза белков. Общая характеристика метаболизма аминокислот. Общие пути распада аминокислот: декарбоксилирование, дезаминирование и трансаминирование. Косвенное дезаминирование аминокислот. Роль витамина B_6 в метаболизме аминокислот. Временное и окончательное обезвреживание аммиака. Использование аминокислот для синтеза небелковых соединений	2
5.	**занятие № 3. Витамины. Гормоны.** Определение понятия «витамины». Биологическая роль витаминов в организме. Классификация и номенклатура витаминов. Авитаминозы, гиповитаминозы и гипервитаминозы. Основные причины гиповитаминозов. Водорастворимые витамины, краткая характеристика витаминов B_1, B_2, B_5, B_6, B, B_{12}, B_c, C, P PP. Жирорастворимые витамины. Краткая характеристика витаминов A, D, E, K. Общая характеристика нервно-гормональной регуляции. Рецепторы гормонов. Общие механизмы действия гормонов. Химическая природа гормонов. Краткая характеристика отдельных гормонов.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Биохимия человека : учебное пособие / Л.В. Капилевич, Е.Ю. Дьякова, Е.В. Кошельская, В.И. Андреев ; Национальный исследовательский Томский политехнический университет. — Москва : Юрайт, 2019. — 151 с. : ил.
2. Ершов, Ю. А. Биохимия человека : учебник для вузов / Ю. А. Ершов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 466 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07769-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/512232
3. Михайлов, С.С. Биохимия человека [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.С. Михайлов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 110 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Осипова, Г. Е. Биохимия спорта : учебное пособие для вузов / Г. Е. Осипова, И. М. Сычева, А. В. Осипов. — 2-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 135 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13612-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/518867
5. Спортивная биохимия с основами спортивной фармакологии : учебное пособие / Л.В. Капилевич, Е.Ю. Дьякова, Е.В. Кошельская, В.И. Андреев; Национальный исследовательский Томский политехнический университет. - Москва :Юрайт, 2020. - 151 с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Биохимия человека: курс лекций : учебное пособие / составитель И. Э. Коновалова. — Уфа : БИФК, 2020. — 84 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/173550. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Вощинина, Н.А. Химический анализ [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н.А. Вощинина. - Малаховка : [б. и.], 2018. – 153 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Глухарева, Т. В. Биохимия : учебное пособие : в 2 частях / Т. В. Глухарева, И. С. Селезнева ; науч. ред. Ю. Ю. Моржерин ; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2016. – Часть 1. Основные питательные вещества человека. – 142 с. : схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695135
4. Глухарева, Т. В. Биохимия : учебное пособие : в 2 частях / Т. В. Глухарева, И. С. Селезнева ; науч. ред. Ю. Ю. Моржерин ; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2016. – Часть 2. Основные регуляторы и биологические жидкости человеческого организма. – 118 с. : схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695136
5. Избранные лекции по спортивной биохимии : учебное пособие / сост. О.Н. Кудря, Т.А. Линдт ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта и др. - Омск : Издательство СибГУФК, 2014. - 132 с. : ил., табл., схем., граф. - Библиогр.: с. 128. - ISBN 978-5-91930-034-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429348

6. Кольман, Я. Наглядная биохимия = Color Atlas of Biochemistry : [справочное издание] / Я. Кольман, Рём К.-Г.; перевод с английского Т. П. Мосоловой. - 7-е изд. - Москва : Лаборатория знаний, 2021. - 509 с. : ил.
7. Курс лекций по биохимии : учебное пособие / сост. О.Н. Кудря, Т.А. Линдт ; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации и др. - Омск : Издательство СибГУФК, 2012. - 188 с. : табл., схем., ил. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274672
8. Михайлов, С.С. Биохимия двигательной деятельности : учебник для вузов и колледжей физической культуры / С.С. Михайлов. — 8-е изд., стер. — Москва : Спорт : Человек, 2021. — 291, [1] с. : ил.
9. Михайлов, С.С. Самостоятельная работа студентов по дисциплинам "Биохимия человека" и "Спортивная биохимия" [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.С. Михайлов, Е.В. Шапот. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 107 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
10. Михайлов, С.С. Спортивная биохимия [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.С. Михайлов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 147 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link isexternal)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link isexternal)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены мультимедийным оборудованием. В лаборатории имеются следующие приборы: автоматический фотометр, центрифуга, автоматические дозаторы, пробирки, наборы реагентов для проведения лабораторных работ и пр. Из оргтехники на кафедре имеются: три ноутбука, 3 компьютера и многофункциональное устройство.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра теории и методики физической культуры

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Физическая культура и спорт

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 – Физическая культура лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 – Физическая культура лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: Физическая реабилитация

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«30» августа 2022г., протокол №1

Зав. кафедрой _____ **Курамшин Ю.Ф.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Доцент кафедры ТиМФК,
к.п.н., доцент Липовка А.Ю.

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения, на 1 курсе заочной формы обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК – 7.1. Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; - основы контроля и	Знания: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств

	самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря	средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря
	УК – 7.2. Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.	Умения: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		30	30	-	-	-	-	-	-	-
В том числе:										
Занятия лекционного типа		12	12	-	-	-	-	-	-	-
Занятия семинарского типа (практические занятия)		18	18	-	-	-	-	-	-	-
Промежуточная аттестация (зачет)		6	6	-	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа студента		36	36	-	-	-	-	-	-	-
Общая трудоемкость	**часы**	**72**	72	-	-	-	-	-	-	-
	зачетные единицы	**2**	2	-	-	-	-	-	-	-

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		6	6	-	-	-	-	-	-	-	-
В том числе:		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Занятия лекционного типа		2	2	-		-	-	-	-	-	-
Занятия семинарского типа (практические занятия)		4	4	-	-	-	-	-	-	-	-
Промежуточная аттестация (зачет)		4	4	-	-	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа студента		62	62	-	-	-	-	-		-	-
В том числе:											
Выполнение контрольной работы		20	20								
Общая трудоемкость	**часы**	**72**	72	-	-	-	-	-	-	-	-
	зачетные единицы	**2**	2	-	-	-	-	-	-	-	-

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Общая концепция физической культуры	Понятие «физическая культура» и её связь с общей культурой. Цель, задачи физической культуры. Структура и функции физической культуры. Виды физической культуры. Основные понятия теории физической культуры. Этапы развития теории физической культуры. Функции и принципы физической культуры как социального явления. Роль физической культуры и физической подготовленности в различные периоды жизни человека.	Знания: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни;
2.	Методические основы самостоятельных занятий физической культурой и спортом.	Физическое развитие как процесс и результат, физическая подготовленность и работоспособность, способы оценки физической подготовленности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Понятие об общей и специальной физической подготовке Формы самостоятельных занятий. Выбор самостоятельной физической тренировки. Организация самостоятельных занятий. Планирование самостоятельных занятий. Управление процессом самостоятельных занятий. Дозирование физической нагрузки при самостоятельных занятиях. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты выполнения физических	Знания: - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; Умения: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; -

		упражнений Характеристика техники основных двигательных действий (бег, ходьба, плавание). Методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС	планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях;
3.	Контроль, самоконтроль и техника безопасности при проведении занятий физической культурой и спортом	Виды контроля, цель, задачи. Показатели и методы оценки физического развития. Показатели и методы оценки физической подготовленности. Объективные и субъективные показатели самоконтроля. Техника безопасности при выполнении упражнений, техника безопасности при нахождении в спортивных сооружениях и открытых площадках.	Знания: - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря Умения: - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.
4.	Основы здорового образа жизни	Здоровье: сущность понятия и его компоненты. Образ жизни и здоровье. Двигательная активность и здоровье. Факторы, влияющие на здоровье. Понятие здоровый образ жизни (ЗОЖ), компоненты ЗОЖ.	Знания: - основы организации здорового образа жизни;

5	Спорт. Физическая культура и спорт в профессиональной деятельности	Характеристика основных понятий, используемых в сфере спорта. Основные понятия Федерального закона Российской Федерации №329 «О физической культуре и спорте». Функции спорта. Многообразие видов спорта, их классификация. Профессиограмма специалиста.	Знания: - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников;

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Понятие «физическая культура» и её связь с общей культурой. Структура физической культуры. Виды физической культуры. Основные понятия теории физической культуры. Этапы развития теории физической культуры. Функции и принципы физической культуры как социального явления. Роль физической культуры в различные периоды жизни человека.	2
1.	Лекция № 2. Физическое развитие как процесс и результат, физическая подготовленность и работоспособность. Физическая подготовленность, способы оценки физической подготовленности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Понятие об общей и специальной физической подготовке. Формы самостоятельных занятий. Выбор самостоятельной физической тренировки. Организация самостоятельных занятий.	2
2.	Лекция № 3. Планирование самостоятельных занятий. Управление процессом самостоятельных занятий. Дозирование физической нагрузки при самостоятельных занятиях. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты выполнения физических упражнений. Характеристика техники основных двигательных действий (бег, ходьба, плавание). Формы, требования к документам планирования и учёта учебно-воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в ИВС. Методика развития физических качеств средствами базовых видов спорта.	2
3.	Лекция № 4. Виды контроля, цель, задачи. Показатели и методы оценки физического развития. Методы контроля в ИВС. Показатели и методы оценки физической подготовленности. Объективные и субъективные показатели самоконтроля. Техника безопасности при выполнении упражнений, техника безопасности при нахождении в спортивных сооружениях и открытых	2

	площадках, правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря	
4.	Лекция № 5. Здоровье: сущность понятия и его компоненты. Образ жизни и здоровье. Двигательная активность и здоровье. Факторы, влияющие на здоровье. Понятие здоровый образ жизни (ЗОЖ), компоненты ЗОЖ.	2
5.	Лекция № 6. Характеристика основных понятий, используемых в сфере спорта. Основные понятия Федерального закона Российской Федерации №329 «О физической культуре и спорте». Функции спорта. Многообразие видов спорта, их классификация. Профессиограмма специалиста.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА (практические занятия)

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Практическое занятие 1. Понятие «физическая культура» и её связь с общей культурой. Виды физической культуры. Основные понятия теории физической культуры. Этапы развития теории физической культуры. Функции и принципы физической культуры как социального явления. Роль физической культуры в различные периоды жизни человека.	2
1.	Практическое занятие 2. Физическое развитие как процесс и результат, физическая подготовленность и работоспособность. Физическая подготовленность, способы оценки физической подготовленности. Понятие об общей и специальной физической подготовке.	2
2.	Практическое занятие 3. Планирование, управление процессом самостоятельных занятий. Дозирование физической нагрузки при самостоятельных занятиях. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты выполнения физических упражнений. Характеристика техники основных двигательных действий (бег, ходьба, плавание). Формы, требования к документам планирования и учёта учебно-воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в ИВС.	2
2.	Практическое занятие 4.Методика развития физических качеств средствами базовых видов спорта. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Формы самостоятельных занятий. Выбор самостоятельной физической тренировки. Организация самостоятельных занятий.	2
3.	Практическое занятие 5. Виды контроля, цель, задачи. Показатели и методы оценки физического развития. Показатели и методы оценки физической подготовленности. Объективные и субъективные показатели самоконтроля.	2
3.	Практическое занятие 6.Техника безопасности при выполнении упражнений, техника безопасности при нахождении в спортивных сооружениях и открытых площадках, правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря	2

4.	Практическое занятие 7.Здоровье: сущность понятия и его компоненты. Образ жизни и здоровье. Двигательная активность и здоровье. Факторы, влияющие на здоровье. Понятие здоровый образ жизни (ЗОЖ), компоненты ЗОЖ.	2
5.	Практическое занятие 8. Характеристика основных понятий, используемых в сфере спорта. Основные понятия Федерального закона Российской Федерации №329 «О физической культуре и спорте». Функции спорта. Многообразие видов спорта, их классификация.	2
5.	Практическое занятие 9. Формы, требования к документам планирования и учёта учебно-воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в ИВС. Профессиограмма специалиста.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1,2,3,4,5	Лекция № 1. Понятие «физическая культура» и её связь с общей культурой. Структура физической культуры. Виды физической культуры. Основные понятия теории физической культуры. Этапы развития теории физической культуры. Функции и принципы физической культуры как социального явления. Физическое развитие как процесс и результат, физическая подготовленность и работоспособность Планирование самостоятельных занятий. Здоровье: сущность понятия и его компоненты. Виды контроля, цель, задачи. Спорт, как вид физической культуры. Професиограмма специалиста.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА (практические занятия)

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1,2,5	Понятие «физическая культура» и её связь с общей культурой. Виды физической культуры. Основные понятия теории физической культуры. Этапы развития теории физической культуры. Функции и принципы физической культуры как социального явления. Роль физической культуры в различные периоды жизни человека. Профессиограмма специалиста.	2
1,3	Физическое развитие как процесс и результат, физическая подготовленность и работоспособность. Планирование, управление процессом самостоятельных занятий. Виды контроля, цель, задачи. Показатели и методы оценки физического развития. Показатели и методы оценки физической подготовленности.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/515859
2. Теоретические основы физической культуры : учебное пособие для вузов / А. А. Горелов, О. Г. Румба, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 194 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14341-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/519864
3. Физическая культура : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 599 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12033-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/516434
4. Физическая культура и спорт : учебное пособие / Т. В. Колтошова, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова [и др.] ; Омский государственный технический университет. – Омск : Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2020. – 169 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682103
5. Физическая культура и спорт : учебное пособие / А. В. Зюкин, В. С. Кукарев, А. Н. Дитятин [и др.] ; под ред. А. В. Зюкина, Л. Н. Шелковой, М. В. Габова ; Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. – Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ), 2019. – 372 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577592

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Анисимов, М. П. Физическая культура в современной России: учебное пособие для обучающихся по направлениям подготовки бакалавриата / М. П. Анисимов. – Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный аграрный университет (СПбГАУ), 2020. – 86 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=613175
2. Антипов, О. В. Физическая культура и спорт (Курс лекций) : учебное пособие / О. В. Антипов, А. М. Сурков, Е. Ю. Суханова. — Москва : МГАВМиБ им. К.И. Скрябина, 2021. — 118 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/196249. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Бахтина, Т. Н. Физическая культура и спорт: курс лекций : учебное пособие / Т. Н. Бахтина. — Санкт-Петербург : СПбГЛТУ, 2021. — 200 с. — ISBN 978-5-9239-1260-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/191130. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Каткова, А. М. Физическая культура и спорт : учебное пособие / А. М. Каткова, А. И. Храмцова ; Московский педагогический государственный университет. – Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2018. – 64 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=598981

5. Физическая культура и спорт : учебное пособие / Т. В. Колтошова, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова [и др.] ; Омский государственный технический университет. – Омск : Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2020. – 169 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682103
6. Физическая культура и спорт : учебное пособие / А. В. Зюкин, В. С. Кукарев, А. Н. Дитятин [и др.] ; под ред. А. В. Зюкина, Л. Н. Шелковой, М. В. Габова ; Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. – Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ), 2019. – 372 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577592
7. Физическая культура и спорт : учебник / В. А. Никишкин, Н. Н. Бумарскова, С. И. Крамской [и др.]. — Москва : МИСИ – МГСУ, 2021. — 380 с. — ISBN 978-5-7264-2862-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/179192. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
8. Физическая культура и спорт : учебное пособие / А. В. Иваненко, Е. А. Краснов, И. Е. Кабаев [и др.]. — Санкт-Петербург : СПбГУТ им. М.А. Бонч-Бруевича, 2021. — 229 с. — ISBN 978-5-89160-238-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/279659 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
9. Мандриков, В. Б. Лекции по дисциплине «Физическая культура и спорт» : учебное пособие / В. Б. Мандриков. — Волгоград : ВолгГМУ, 2020. — 336 с. — ISBN 978-5-9652-0592-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/179584. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
10. Письменский, И.А. Физическая культура [Текст] : учебник / И.А. Письменский, Ю.Н. Аллянов; Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации, Москва. - Москва :Юрайт, 2016. - 492, [1] с. : ил.
11. Физическая культура [Текст] : учебник / М.Я. Виленский [и др.]; под ред. М. Я. Виленского. - 3-е изд., стер. - Москва :Кнорус, 2016. - 423, [1] с.
12. Физическая культура : учебник и практикум для прикладного бакалавриата всех направлений и специальностей / А.Б. Муллер, Н.С. Дядичкина, Ю.А. Богащенко [и др.]; Сибирский федеральный университет. - Москва :Юрайт, 2019. - 424 с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp

- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link isexternal)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link isexternal)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для применения мультимедиа-технологии аудиторные занятия проводятся в специально-оборудованных аудиториях, обеспеченных:

1. Мультимедиа-проектором;
2. Стационарным экраном;
3. Ноутбуком с операционной системой Windows XP (или выше);
4. Программным обеспечением, позволяющим показывать схемы, видеофильмы, презентации;
5. Жалюзи, позволяющие создать эффект кинотеатра.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра теории и методики гимнастики

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Теория и методика обучения гимнастике

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ **Терехина Р.Н.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Кивихарью И.В., доцент, к.п.н., доцент, профессор кафедры
Сахарнова Т.К. доцент, к.п.н., доцент, профессор кафедры
Айзятуллова Г.Р. доцент, к.п.н.
Курашова Е.А., ст. преподаватель

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина «Теория и методика обучения гимнастике» изучается на 1 курсе по очной и заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***зачет (1 семестр), дифференцированный зачет (2 семестр).***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Обучение	ОПК-1. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья
Планирование	ОПК-13. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся
Обеспечение безопасности	ОПК -14. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-1 Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности	ОПК -1.1 Знает: - историю и современное состояние гимнастики, ее место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды гимнастики как базового вида спорта; - воспитательные возможности занятий гимнастикой; - терминологию гимнастики, - средства гимнастики и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения	ОПК -1.1 Знать: - историю и современное состояние гимнастики, ее место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды гимнастики как базового вида спорта; - воспитательные возможности занятий гимнастикой; - терминологию гимнастики, - средства гимнастики и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения гимнастическим упражнениям; - методики проведения физкультурно-

по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	гимнастическим упражнениям; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры.	спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры.
	ОПК -1.2. - Умеет применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию гимнастики; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике; - использовать средства гимнастики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств, в том числе, для ИВАС; - использовать стандартное и дополнительное оборудование,	ОПК -1.2. Уметь: - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию гимнастики; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике; - использовать средства гимнастики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств, в том числе, для ИВАС; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств гимнастики;

	пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств гимнастики; - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики; - оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по гимнастике; - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям;- оценивать результаты учебной деятельности обучающихся на основе объективных методов контроля.	- организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики; - оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по гимнастике; - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям;- оценивать результаты учебной деятельности обучающихся на основе объективных методов контроля.
	ОПК- 1.3 Имеет опыт проводить комплексы упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и	ОПК- 1.3 Иметь опыт : - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и

	возраста контингента занимающихся; - владения техникой общеподготовительных, специально подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики; -проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся;	возраста контингента занимающихся; - владения техникой общеподготовительных, специально подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики; -проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся;
ОПК-13 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	ОПК-13.1. Знает: принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике; - терминологию и классификацию в гимнастике; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики; - правила и организация соревнований в гимнастике; - способы оценки результатов обучения в гимнастике.	ОПК-13.1. Знать: принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике; - терминологию и классификацию в гимнастике; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики; - правила и организация соревнований в гимнастике; - способы оценки результатов обучения в гимнастике.
	ОПК-13.2. Умеет: ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения	ОПК-13.2. Уметь: ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике с учетом

	занятий по гимнастике с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике.	возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике.
	ОПК-13.3. Имеет опыт: - планирования занятий по гимнастике; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура».	ОПК-13.3. Иметь опыт: - планирования занятий по гимнастике; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура».
ОПК-14 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ОПК-14.1. Знает: - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики; - требования к экипировке, спортивному	ОПК-14.1. Знать: - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике; -

	инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике; - особенности занятий гимнастикой с учащимися различных медицинских групп;	способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике; - особенности занятий гимнастикой с учащимися различных медицинских групп;
	ОПК-14.2. Умеет: выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике;	ОПК-14.2. Уметь: выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике;
	ОПК-14.3. Имеет опыт: обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике; -обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий.	ОПК-14.3. Иметь опыт: обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике; -обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		96	44	52						
В том числе:										
Занятия лекционного типа		8	4	4						
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		88	40	48						
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет.)		12	6	6						
Самостоятельная работа студента		36	22	14						
Общая трудоемкость	**часы**	**144**	72	72						
	зачетные единицы	**4**	2	2						

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		16	8	8							
В том числе:											
Занятия лекционного типа											
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		16	8	8							
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет)		8	4	4							
Самостоятельная работа студента		120	60	60							
В том числе:											
Выполнение контрольной работы		26	13	13							
Общая трудоемкость	**часы**	**144**	72	72							
	зачетные единицы	**4**	2	2							

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина в системе физического воспитания.	История и виды гимнастики. Гимнастика в дошкольных учреждениях, в общеобразовательных учреждениях, образовательных учреждениях среднего и высшего профессионального образования.	*Знания:* - историю и современное состояние гимнастики, ее место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды гимнастики как базового вида спорта; - воспитательные возможности занятий гимнастикой; - терминологию гимнастики, - средства гимнастики и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности - терминологию и классификацию в гимнастике;
2.	Средства гимнастики	Строевые упражнения и приемы. Команды, техника исполнения, методика обучения. Ролевые задания в проведении. Общеразвивающие упражнения. Способы и формы проведения (индивидуально, в парах, в сцеплении). Команды, специфика организации. Разработка и проведение комплексов ОРУ с гимнастической палкой, с мячом, на гимнастической стенке и скамейке, поточным и проходным способами. Ролевые задания в проведении ОРУ. Прикладные упражнения: равновесия, лазания, ползания, переноска грузов и др. Методика обучения и организация. Полосы препятствий, эстафеты, подвижные игры, упражнения ОФП. Методика проведения.	Знания: - основы обучения гимнастическим упражнениям ; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике; - использовать в своей деятельности терминологию гимнастики; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике; - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики; Навыки:

			- проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся возрастных особенностей контингента занимающихся; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ;
3	Урок физической культуры в школе с использованием средств гимнастики	Разработка фрагментов конспекта ОЧУ и ЗЧУ. Разработка полного конспекта урока.	Знания: - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики; - способы оценки результатов обучения в гимнастике; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике; - особенности занятий гимнастикой с учащимися различных медицинских групп - правила и организация соревнований в гимнастике, - способы оценки результатов обучения в гимнастике. Умения: - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике в зависимости от поставленных задач - использовать средства гимнастики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития

			физических качеств, в том числе, для ИВАС; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств гимнастики; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по гимнастике; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; -оценивать результаты учебной деятельности обучающихся на основе объективных методов контроля. Умения - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике. : - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике; Навыки: - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики;

			- проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных; - планирования занятий по гимнастике; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура». - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике.
4.	Упражнения гимнастического многоборья	Организация и методика обучения упражнениям на видах многоборья. Техника безопасности и предупреждение травматизма при использовании средств гимнастики. Меры безопасности и страховка. Закрепление и совершенствование техники упражнений на видах многоборья, представленных в школьной программе. Ознакомление с организацией и судейством гимнастических упражнений на видах многоборья категории «Б».	Знания: - основы обучения гимнастическим упражнениям - правила и организация соревнований в гимнастике; - способы оценки результатов обучения в гимнастике; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике; Умения: -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики; - оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике; - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике;

			- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, Навыки: - владения техникой обще подготовительных, специально подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике.

4.2 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
	1 семестр	
1	Лекция №1. Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина в системе физического воспитания. План. 1. Гимнастика, ее задачи и методические особенности. 2. Виды гимнастики. 2.1. Спортивные виды. 2.2. Оздоровительные виды гимнастики. 2.3. Образовательно-развивающие виды гимнастики. 3. Средства гимнастики. 3.1. Строевые упражнения. 3.2. Общеразвивающие упражнения. 3.3. Прикладные упражнения. 3.4. Упражнения гимнастического многоборья. 3.5. Требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике 4. Программа прохождения курса гимнастики в НГУ. Литература.	2
2	Лекция №2. Терминология гимнастических упражнений	2

	План. 1. Терминология, способы образования терминов, их классификация. 2. Требования, предъявляемые к гимнастической терминологии. 3. Правила использования гимнастической терминологии. 4. Термины общеразвивающих и вольных упражнений. 5. Термины упражнений гимнастического многоборья. Литература.	
	2 семестр	
3	Лекция №3: Урок физической культуры в школе с использованием средств гимнастики План. 1. Задачи обучения гимнастике в школе. 2. Требования к уроку с использованием средств гимнастики. 3. Структура построения урока использованием средств гимнастики. 3.1 Подготовительная часть урока. 3.2 Основная часть урока. 3.3 Заключительная часть урока. 4. Дозирование нагрузки на уроке. 5. Организационные аспекты занятия. 6.Особенности проведения занятий с учащимися специальных медицинских групп. 7.Санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики; 8.Физкультурно-спортивное мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся. Литература.	2
4	Лекция №4: Методология обучения гимнастическим упражнениям План. 1. Основные понятия, используемые в лекции 2. Общие правила анализа техники гимнастических упражнений. 3. Статические и динамические упражнения. 4.Общие правила анализа (объяснения) техники исполнения гимнастических упражнений. 5. Методика обучения гимнастическим упражнениям. 6. Методы обучения упражнениям. 7. Этапы обучения упражнениям. Литература.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

Очная форма обучения

1-й семестр

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	занятие №1. опрос по темам лекций «Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина в системе физического воспитания» и «Терминология гимнастических упражнений».	2

	Построение в одну шеренгу и в колонну, форма рапорта дежурного, повороты на месте, движение в обход и остановка группы, различные виды передвижения, перестроение уступами. Ознакомление с командами, техникой выполнения и методикой обучения. Учебные комбинации соответственно вольных упражнений на 8, 16 и 24 счета. Вольные упражнения на 32 счета без предмета	
2	занятие№2 Точки зала. Строевые упражнения (СУ) -1. Построение в шеренгу и колонну, рапорт, повороты на месте, движение в обход и остановка группы, различные виды передвижения, перестроение уступами. Ознакомление с командами, техникой выполнения, методикой обучения. Учебная практика в проведении. Техника безопасности на занятии по гимнастики	2
2	Вольные упражнения на 32 счета или комплекс ОРУ с музыкальным сопровождением.	
2	занятие №3 СУ-2: Перестроение из 1 шеренги в 2 и в 3. Действия занимающихся по команде «Прямо». Движение с изменением направлений: противоходом и змейкой, по диагонали, по кругу. Ознакомление с командами, техникой выполнения, методикой обучения. Учебная практика в проведении	2
2	занятие: №4 СУ-3: Перестроение из колонны по 1 в колонну по 2 и по 3 на месте, размыкания на указанный интервал приставными шагами. Ознакомление с командами, техникой выполнения, методикой обучения. Учебная практика в проведении	2
2	ОРУ - способы обучения (показ, рассказ, смешанный, по разделениям). Ознакомление с командами, учебная практика в проведении ОРУ	
2	занятие: №5 СУ-4: Перестроение из колонны по 1 в колонну по 2 и более поворотом в движении, размыкание в движении. Ознакомление с командами, техникой выполнения, методикой обучения. Учебная практика в проведении	2
2	Проведение ОРУ по схеме разными способами - учебная практика.	
2	занятие №6 СУ-5: Перестроение дроблением и сведением, разведением и слиянием. Ознакомление с командами, техникой выполнения, методикой обучения. Учебная практика в проведении. Д/З-подготовить фрагмент конспекта урока (комплекс ОРУ с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя, не менее 8-ми упражнений). Прикладные упражнения (для среднего школьного возраста) Метание и ловля набивного мяче в парах (снизу, от груди, из-за головы, сбоку, стоя спиной к партнеру и др. Демонстрация переноски мата, козла, коня, мостика, скамейки. Переноска человека - одного одним, одного вдвоем.	2
2	занятие №7 Проведение ОРУ - учебная практика ОРУ с палкой и мячом, на стенке и скамейке. Опорный прыжок. Демонстрация преподавателя организации занятия и методики обучения - наскок на мостик и прыжок вверх прогнувшись; - наскок на горку матов и соскок прогнувшись. Акробатика. Демонстрация преподавателя организации занятия и методики обучения - группировка и перекаты боком, кувырок вперед. Написание конспекта ОРУ.	2

2	занятие №8 ОРУ без предмета. Прикладные упражнения: (упражнения в равновесии, лазание и перелезание, переползание с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся (в т.ч. без помощи ног, рук).	2
2	занятие №9 Прикладные упражнения: (упражнения в равновесии, лазание и перелезание, переползание с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся (в т.ч. без помощи ног, рук) Р/в брусья (н/ж), низкая перекладина. Терминология, организация занятия и методика обучения. Различные висы, упоры. Из виса стоя согнув руки махом одной и толчком другой (толчком двумя), подъем переворотом в упор.	2
2	занятие №10 Проведение ОРУ Прикладные упражнения: (метание и ловля, поднимание и переноска грузов занимающимися (в т.ч. без помощи ног, рук)) Выдача заданий студентам для проведения подготовительной части урока (ПЧУ).	2
2	занятие №11 ОРУ с палкой и мячом (в т.ч. без помощи ног, рук). Ознакомление, учебная практика в проведении. Опорный прыжок: (организация занятия и методика обучения) наскок на мостик и прыжок вверх прогнувшись; наскок на горку матов и соскок прогнувшись. Учебная практика в обучении методики обучения - наскок в упор присев на козла (коня) и соскок прогнувшись.	2
2	Занятие №12 Проведение ОРУ на стенке и скамейке. Ознакомление, учебная практика в проведении. Акробатика. Организация занятия и методика обучения. Учебная практика.	2
2	занятие №13. Практико-методическое занятие: Проведение ОРУ в парах (в т.ч. без помощи ног, рук) и в сцеплении Ознакомление, учебная практика в проведении Лазание по канату (организация занятия и методика обучения): в 2 приема (2 варианта) и в 3 приема (в т.ч. без помощи ног). Ознакомление, учебная практика в обучении Проведение ОРУ на стенке и скамейке. Ознакомление, учебная практика в проведении. Акробатика (организация занятия и методика обучения): группировка и перекаты боком, кувырок вперед. Учебная практика в обучении	2
3,4	занятие №14 Практико-методическое занятие: ОРУ поточным и проходным способом. Ознакомление, учебная практика в проведении. Полоса препятствий, круговая тренировка (ОФП), подвижная игра, эстафета (студенты подбирают задания_с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя). Ознакомление. Упражнения на видах многоборья (из объема школьной программы).	2

3,4	занятие №15 Конспект смешанного комплекса ОРУ (по 2 упражнения - с палкой или мячом, на гимнастической стенке, скамейке, в парах). Проведение смешанного комплекса ОРУ (по 2 упражнения с палкой или мячом, на гимнастической стенке, скамейке, в парах). Лазание по канату. Упражнения на видах многоборья: Ю: брусья, акробатика. Д: акробатика, бревно	2
3,4	занятие №16 Проведение комплекса ОРУ поточным и проходным способом (в т.ч. студенты подбирают задания с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя) Упражнения на видах многоборья. Упражнения на снарядах.: Ю; перекладина, прыжок. Д: брусья, канат.	2
3,4	занятие №17 Проведение подготовительной части урока Конспект подготовительной части урока Упражнения на видах многоборья: Ю: канат, брусья. Д: акробатика, прыжок	2
3,4	занятие №18 Проведение подготовительной части урока. Конспект подготовительной части урока. Упражнения на видах многоборья: Ю: акробатика, перекладина. Д: бревно, брусья	2
3,4	занятие №19 Упражнения на снарядах. Ю: перекладина, брусья. Д: акробатика, прыжок, канат Сдача задолженностей	2
3,4	занятие №20 упражнения на снарядах. Ю: акробатика, канат, прыжок. Д: брусья, бревно. Сдача нормативов ОФП. Подведение итогов семестра.	2

2 семестр

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	занятие №1 Опрос по темам лекций «Урок гимнастики в школе (в т.ч. с учетом отклонений в состоянии здоровья занимающихся». «Основы обучения гимнастическим упражнениям» Форма и содержание конспекта урока по гимнастике. Выдача заданий студентам для подготовки конспекта урока заключительная часть урока.	2
2	занятие №2 Способы организации основной части урока - закрепление материала 1-го семестра (фронтальный, проходной, групповой, круговой, индивидуальный). Упражнения и игры на внимание для заключительной части урока.	2
3	занятие №3 Проведение основной и заключительной частей урока.	2
3	занятие №4 Проведение основной и заключительной частей урока.	2
3	занятие №5 Проведение основной и заключительной частей урока.	2
3	занятие №6 Проведение основной и заключительной частей урока.	2
3	занятие №7 Практико-методическое занятие: Демонстрационный урок гимнастики в школе. Схема педагогического анализа урока. Упражнение на снарядах. (комбинации 3-го разряда) Ю: прыжок, акробатика Д: брусья, бревно	2
3	занятие №8 Проведение урока. Конспект урока. Анализ урока. Упражнение на снарядах. (комбинации 3-го разряда) Ю: прыжок, акробатика Д: брусья, бревно	2
3	занятие №9 Проведение урока. Конспект урока. Анализ урока. Упражнение на снарядах Ю: брусья, перекладина. Д: прыжок, акробатика	2
3	занятие №10 Проведение урока. Конспект урока. Анализ урока. Упражнение на снарядах Ю: прыжок, акробатика (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя) Д: брусья, бревно (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя)	2
3	занятие №11 Проведение урока. Конспект урока. Анализ урока. Упражнение на снарядах Ю: брусья, перекладина (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя) Д: Прыжок, акробатика (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя)	2
3	занятие №12 Проведение урока. Конспект урока. Анализ урока.	2

	Упражнение на снарядах Ю: Прыжок, акробатика (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся (при отсутствии одной руки, двух рук)) Д: брусья, бревно (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя)	
3	занятие №13 Проведение урока. Конспект урока. Анализ урока. Упражнение на снарядах Ю: брусья, перекладина (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся (при отсутствии одной ноги, двух ног)). Д: Прыжок, акробатика (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся (при отсутствии одной руки, двух рук))	2
3	занятие №14 Проведение урока. Конспект урока. Анализ урока. Упражнение на снарядах Ю: прыжок, акробатика (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся (при отсутствии одной руки, двух рук)) Д: брусья, бревно (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя)	2
4	занятие №15 Проведение урока. Конспект урока. Анализ урока. Упражнение на снарядах Ю: прыжок, акробатика (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся (при отсутствии одной руки, двух рук)) Д: брусья, бревно (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя)	2
	занятие №16 Проведение урока. Конспект урока. Анализ урока. Упражнение на снарядах Ю: прыжок, акробатика (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся (при отсутствии одной руки, двух рук)) Д: брусья, бревно (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя)	2
	занятие №17 Проведение урока. Конспект урока. Анализ урока. Упражнение на снарядах Ю: прыжок, акробатика (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся (при отсутствии одной руки, двух рук)) Д: брусья, бревно (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя)	2
4	занятие №18 "Особенности занятий гимнастикой с учащимися специальных медицинских групп" (рекреация).	2
4	занятие №19 Проведение урока. Конспект урока. Анализ урока. Упражнение на снарядах	2
4	занятие №20. Проведение урока. Конспект урока. Анализ урока. Упражнение на снарядах.	2
4	Занятие №21 Проведение урока. Конспект урока. Анализ урока. Упражнение на снарядах	2

	занятие №22 Проведение физкультурно-спортивного мероприятия - соревнования по многоборью. Особенности организации и судейства соревнований по гимнастике	
4	занятие №23 Сдача задолженностей (ТК 2- 6).	2
4	занятие №24 Проведение физкультурно-спортивного мероприятия - соревнования по многоборью	2

Заочная форма обучения
1-й семестр
ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
2	Практическое занятие №1. Точки зала. Строевые упражнения (СУ) - 1. Построение в шеренгу и колонну, рапорт, повороты на месте, движение в обход и остановка группы, различные виды передвижения, перестроение уступами. Ознакомление с командами, техникой выполнения, методикой обучения. Учебная практика в проведении. Вольные упражнения на 32 счета или комплекс на 8, 16 и 24 счета (разучивание).	2
2	Практическое занятие №2. СУ-2: Перестроение из 1 шеренги в 2 и в 3. Действия занимающихся по команде «Прямо». Движение с изменением направлений: противоходом и змейкой, по диагонали, по кругу. Ознакомление с командами, техникой выполнения, методикой обучения. Учебная практика в проведении. Вольные упражнения на 32 счета без предмета	2
2,3	Практическое занятие №3. Проведение ОРУ с гимнастической палкой и со скамейкой. Ознакомление, учебная практика в проведении. Акробатика (организация занятия и методика обучения): группировка и перекаты боком, кувырок вперед. Равновесие, стойка на лопатках. Учебная практика в обучении. Техника безопасности, помощь и страховка при выполнении акробатических упражнений. Лазание по канату (организация занятия и методика обучения): в 2 приема (2 варианта) и в 3 приема (в т.ч. без помощи ног). Ознакомление, учебная практика в обучении.	2
2,4	Практическое занятие №4. СУ-4: Перестроение из колонны по 1 в колонну по 2 и более поворотом в движении, размыкание в движении. Ознакомление с командами, техникой выполнения, методикой обучения. Учебная практика в проведении Проведение ОРУ с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя. Учебная практика. Фрагмент конспекта урока (комплекс ОРУ с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя, не менее 8-ми упражнений)	2

2 семестр

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
2,3	Практическое занятие №1. Закрепление материала 1-го семестра. Общеразвивающие упражнения (ОРУ): Проведение комплексов ОРУ: ОРУ без предметов. ОРУ на гимнастической скамейке и стенке. ОРУ в парах. ОРУ в сцеплении (кругу). «Поточный» способ проведения ОРУ	2
2	Практическое занятие №2. Способы организации учащихся на уроке по гимнастике. (фронтальный, проходной, групповой, круговой, индивидуальный). Практическое занятие	2
3,4	Практическое занятие №3. ОРУ поточным и проходным способом. Ознакомление, учебная практика в проведении. Проведение оздоровительно-спортивного мероприятия. Полоса препятствий, круговая тренировка (ОФП), подвижная игра, эстафета (студенты подбирают задания_с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя). Ознакомление. Упражнения на видах многоборья. Особенности организации и судейства соревнований по гимнастике	2
4	Практическое занятие №4. Проведение физкультурно-спортивного мероприятия. Упражнения на снарядах. Упражнения мужского многоборья - низкая перекладина, брусья, конь- махи. Упражнения женского многоборья - бревно, брусья р/в (Упражнения см. в рекоменд. для студентов).	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебное пособие для вузов / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 173 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06290-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513752
2. Савельева, Л.А. Гимнастическая терминология. Обучение общеразвивающим упражнениям и строевым перемещениям : учебное пособие / Л.А. Савельева ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : ПОЛИТЕХ-ПРЕСС, 2021. —138 с. : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
3. Сизоненко, В. В. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Гимнастика : учебное пособие для вузов / В. В. Сизоненко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 115 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14684-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/520227
4. Теория и методика обучения базовым видам спорта: формирование профессионально-педагогических компетенций средствами гимнастики : учебное пособие / Е.Н. Медведева, Б.П. Кашеваров, А.А. Супрун [и др.] ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2019. —184 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика : учебник / Е.С. Крючек, Р.Н. Терехина, И.А. Степанова [и др.] ; под ред. Е. С. Крючек, Р. Н. Терехиной. — Москва : Академия, 2019. — 314, [1] с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Алаева, Л.С. Гимнастика: общеразвивающие упражнения : учебное пособие / Л. С. Алаева, К.Г. Клецов, Т. И. Зябрева ; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. — Омск : [Изд-во СибГУФК], 2017. — 72 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Баршай, В.М. Гимнастика : учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : КноРус, 2021. — 312 с. : ил.
3. Ветрова, И. В. Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика : учебное пособие / И. В. Ветрова. — Красноярск : КГПУ им. В.П. Астафьева, 2018. — 252 с. — ISBN 978-5-00102-230-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/167659.— Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Гимнастика. Методика преподавания : учебник / В.М. Миронов, Г.Б. Рабиль, Т.А. Морозевич-Шилюк [и др.] ; под общей редакцией В. М. Миронова. — Минск : Новое знание ; Москва : ИНФРА-М, 2021. — 334 с. : ил.
5. Гимнастика. Теория и методика обучения базовым видам спорта : учебное пособие / В. В. Анцыперов, Е. А. Широбакина, Н. Л. Горячева, А. Г. Трифонов. — 2-е изд. перераб. и доп. — Волгоград : ВГАФК, 2019. — 160 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/158204. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. Епишин, Н.Д. Методика формирования навыков управления движениями гимнастов [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н.Д. Епишин. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2016. – 136 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Поздеев, Е.А. Средства гимнастики: строевые, общеразвивающие и прикладные упражнения : учебное пособие / Е. А. Поздеев, Л.С. Алаева ; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. — Омск : [Изд-во СибГУФК], 2017. — 100 с. : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
8. Теория и методика гимнастики [Текст] : учебник / под ред. М. Л. Журавина, Е. Г. Сайкиной. - Москва : Академия, 2012. - 491, [1] с. : ил.
9. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика [Текст] : учебник / Е.С. Крючек [и др.]; под ред. Е. С. Крючек, Р. Н. Терехиной. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 282, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link isexternal)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link isexternal)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения.

Для проведения занятий по дисциплине «Теория и методика обучения гимнастике» необходимы:

- стандартный гимнастический зал с необходимым оборудованием:

Приложение N 11
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
"спортивная гимнастика"

**ОБОРУДОВАНИЕ И СПОРТИВНЫЙ ИНВЕНТАРЬ,
НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ**

N п/п	Наименование оборудования, спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1.	Батут	штук	1
2.	Гантели переменной массы (от 2 до 6,5 кг)	комплект	1
3.	Дорожка акробатическая	комплект	1
4.	Зеркало настенное (12 х 2 м)	штук	1
5.	Канат для лазания (диаметром 30 мм)	штук	2
6.	Магнезия	кг	Из расчета 0,2 кг на человека
7.	Магнезница	штук	6
8.	Маты поролоновые (200 х 300 х 40 см)	штук	2
9.	Мостик гимнастический	штук	6
10.	Музыкальный центр	штук	1
11.	Палка гимнастическая	штук	10
12.	Палка для остановки колец	штук	1
13.	Подставка для страховки	штук	2
14.	Поролон для страховочных ям	кг	Из расчета 40 кг на 1 м3 объема страховочной ямы
15.	Скакалка гимнастическая	штук	20
16.	Скамейка гимнастическая	штук	8
17.	Стенка гимнастическая	штук	6
Для спортивных дисциплин: бревно, разновысокие брусья			
18.	Бревно гимнастическое	штук	1
19.	Бревно гимнастическое напольное	штук	1
20.	Бревно гимнастическое переменной высоты	штук	1
21.	Брусья гимнастические женские	штук	2

22.	Жердь гимнастическая женская на универсальных стойках	штук	1

Для спортивных дисциплин: конь, кольца, параллельные брусья, перекладина

23.	Брусья гимнастические мужские	штук	1
24.	Конь гимнастический маховый	штук	1
25.	Перекладина гимнастическая	штук	1
26.	Перекладина гимнастическая переменной высоты (универсальная)	штук	1
27.	Подвеска блочная с кольцами гимнастическими	пар	1
28.	Рама с кольцами гимнастическими	штук	1

Для спортивных дисциплин: вольные упражнения, опорный прыжок

29.	Дорожка для разбега	комплект	1
30.	Ковер для вольных упражнений	комплект	1
31.	Конь гимнастический прыжковый переменной высоты	штук	1
32.	Мат гимнастический	штук	50

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Допускается замена оборудования его виртуальными аналогами.

Федеральное государственное бюджетное образовательное
Учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра теории и методики легкой атлетики

Рабочая программа по дисциплине (модуля)

Теория и методика обучения легкой атлетике

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль)
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения
Очная/ заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А. В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«30» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ Д.С. Зайко

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:
Германова А.А., кпн

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения, на 1 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***зачет*** – 1 семестр, ***дифференцированный зачет*** – 2 семестр.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Обучение	ОПК-1. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья
Планирование	ОПК-13. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся
Обеспечение безопасности	ОПК-14. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-1	ОПК -1.1 Знает: - историю и современное состояние легкой атлетики, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды легкой атлетики, как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий легкой атлетикой; - терминологию легкой атлетики;- основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты)); - методики обучения технике легкоатлетических упражнений; - методики развития физических качеств	Знания:- историю и современное состояние легкой атлетики, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды легкой атлетики, как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий легкой атлетикой; - терминологию легкой атлетики;- основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты)); -

	средствами легкой атлетики; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой; - правила и организацию соревнований в легкой атлетике; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики; ОПК -1.2. Умеет: - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по легкой атлетике с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по легкой атлетике в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - распределять на протяжении занятия средства легкой атлетики с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в легкой атлетике; - использовать средства легкой атлетики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств, в том числе, для ИВАС; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств легкой атлетики; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения 30 упражнений легкой атлетики; -контролировать и оценивать работу обучающихся на	методики обучения технике легкоатлетических упражнений; - методики развития физических качеств средствами легкой атлетики; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой; - правила и организацию соревнований в легкой атлетике; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики. Умения:: -применять методы организации учебной деятельности на занятиях по легкой атлетике с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по легкой атлетике в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию легкой атлетики; - распределять на протяжении занятия средства легкой атлетики с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в легкой атлетике; - использовать средства легкой атлетики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств, в том числе, для ИВАС; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической

	занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств легкой атлетики; - оценивать качество выполнения упражнений в легкой атлетике и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в легкой атлетике, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по легкой атлетике; - использовать существующие методики проведения соревнований по легкой атлетике, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по легкой атлетике; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям ОПК -1.3. Имеет опыт: - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов; - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике	культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств легкой атлетики; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения 30 упражнений легкой атлетики; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств легкой атлетики; - оценивать качество выполнения упражнений в легкой атлетике и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в легкой атлетике, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по легкой атлетике; - использовать существующие методики проведения соревнований по легкой атлетике, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по легкой атлетике; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям Навыки:- проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента

		занимающихся; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов; - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике
ОПК-13	ОПК-13.1. Знает: - терминологию и классификацию в легкой атлетике; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по легкой атлетике; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств легкой атлетики; - правила и организация соревнований в легкой атлетике; - способы оценки результатов обучения в легкой атлетике. ОПК-13.2. Умеет: - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по легкой атлетике; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по легкой атлетике, с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по легкой атлетике, в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей легкой атлетики; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по легкой атлетике ОПК-13.3 Имеет опыт: - планирования занятий по легкой атлетике; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств легкой атлетики	Знания: - терминологию и классификацию в легкой атлетике; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по легкой атлетике; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств легкой атлетики; - правила и организация соревнований в легкой атлетике; - способы оценки результатов обучения в легкой атлетике Умения: - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по легкой атлетике; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по легкой атлетике, с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по легкой атлетике, в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей легкой атлетики; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по легкой атлетике Навыки: - планирования занятий по легкой атлетике; -

		планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств легкой атлетики
ОПК-14	ОПК-14.1 Знает: - санитарно-гигиенические требования к занятиям легкой атлетикой, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий легкой атлетикой; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств легкой атлетики; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по легкой атлетике; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по легкой атлетике; - особенности занятий легкой атлетикой, с учащимися различных медицинских групп ОПК-14.2 Умеет: - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по легкой атлетике; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по легкой атлетике. ОПК-14.3. Имеет опыт: - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - обеспечения безопасности при проведении	Знания: - санитарно-гигиенические требования к занятиям легкой атлетикой, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий легкой атлетикой; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств легкой атлетики; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по легкой атлетике; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по легкой атлетике; - особенности занятий легкой атлетикой, с учащимися различных медицинских групп Умения: - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по легкой атлетике; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по легкой атлетике. Навыки: - использования специальной аппаратуры и

	учебно-тренировочного занятия по легкой атлетике.	инвентаря; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по легкой атлетике.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

очная форма обучения

Вид учебной работы	*Всего часов*	*Семестры*	
		1	2
Контактная работа преподавателей с обучающимися	100	50	50
В том числе:	-	-	-
Занятия лекционного типа	10	8	2
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	90	42	48
Промежуточная аттестация (зачет, дифференциорванный зачет)	12	6	6
Самостоятельная работа студента	32	16	16
Общая трудоемкость часы	144	72	72
зачетные единицы	4	2	2

заочная форма обучения

Вид учебной работы	*Всего часов*	*Семестры*	
		1	2
Контактная работа преподавателей с обучающимися	16	8	8
В том числе:	-	-	-
Занятия лекционного типа	-	-	-
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	16	8	8
Промежуточная аттестация (зачет, дифференциорванный зачет)	8	4	4
Самостоятельная работа студента	120	60	60
Выполнение контрольной работы	*20*	*10*	*10*
Общая трудоемкость часы	144	72	72
зачетные единицы	4	2	2

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:
4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Введение в предмет	Предмет, задачи, содержание курса, требования комплексной подготовки студентов. Основные термины в легкой атлетике, требования, международная терминология и ее применение в практической работе. История развития легкой атлетики. Классификация легкоатлетических упражнений. Оздоровительная направленность легкоатлетических упражнений. Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой.	Знания: - историю и современное состояние легкой атлетики, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды легкой атлетики, как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий легкой атлетикой; - терминологию легкой атлетики; - санитарно-гигиенические требования к занятиям легкой атлетикой, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий легкой атлетикой; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств легкой атлетики; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по легкой атлетике; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по легкой атлетике
2.	Техника легкоатлетических упражнений	Техника бега. Бег как естественный способ передвижения человека. Цикличность движений. Анализ техники двойного шага. Скорость передвижения и зависимость от длины и частоты шагов в беге. Старт. Стартовый разгон. Бег по дистанции. Финиширование. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции. Демонстрация техники в полном объеме. Выполнение практического норматива. Техника прыжков. Характеристика прыжков. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжков: разбег, отталкивание, полет, приземление. Отталкивание как основная	Знания: - основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты));- санитарно-гигиенические требования к занятиям легкой атлетикой, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий легкой атлетикой; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств легкой атлетики; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по легкой атлетике; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по легкой атлетике;

		фаза прыжка. Движения прыгунов в полете и при приземлении. Обучение технике прыжка в длину способом «согнув ноги». Обучение техники прыжка в высоту способом «перешагивание». Демонстрация техники в полном объеме. Выполнение практического норматива. Техника метаний. Характеристика легкоатлетических метаний. Виды метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снарядов. Исходное положение. Разбег. Финальное усилие. Торможение. Обучение технике толкания ядра. Обучение технике метания малого мяча. Демонстрация техники в полном объеме. Выполнение практического норматива.	Умения: - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в легкой атлетике; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в легкой атлетике; - использовать средства легкой атлетики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств, в том числе, для ИВАС Навыки: - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике
3	Основы обучения и организации занятий по легкой атлетике. Урок по легкой атлетике.	Типовая схема обучения. Последовательность изучения видов в легкой атлетике. Методика обучения базовым видам легкой атлетики. Структура, задачи и содержание урока по легкой атлетике. Подбор и дозировка упражнений. Подготовка педагога. Конспект, его составные части. Оценка успеваемости. Планирование урока по легкой атлетике. Проведение урока по легкой атлетике.	Знания: - методики обучения технике легкоатлетических упражнений; - методики развития физических качеств средствами легкой атлетики; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой; - правила и организацию соревнований в легкой атлетике; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики. Умения:: -применять методы организации учебной деятельности на занятиях по легкой атлетике с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по легкой атлетике в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности

			терминологию легкой атлетики; - распределять на протяжении занятия средства легкой атлетики с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в легкой атлетике; - использовать средства легкой атлетики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств, в том числе, для ИВАС; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств легкой атлетики; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения 30 упражнений легкой атлетики; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств легкой атлетики; - оценивать качество выполнения упражнений в легкой атлетике и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в легкой атлетике, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по легкой атлетике; - использовать существующие методики проведения соревнований по легкой атлетике, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по легкой атлетике; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых

			видов физкультурно-спортивной деятельности; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по легкой атлетике; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по легкой атлетике. Навыки: - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов; - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по легкой атлетике. - планирования занятий по легкой атлетике;
4	Организация и проведение соревновани	Организация судейства соревнований в беговых, прыжковых видах и метаниях. Положение о соревновании. Функции главного судьи. Состав	Знания: - правила и организацию соревнований в легкой атлетике; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий

	й по легкой атлетике.	судейских бригад на виде. Проведение соревнований в общеобразовательных учреждениях. Судейство соревнований по прыжкам. Судейство соревнований по метаниям. Судейство соревнований в беговых видах.	оздоровительного характера средствами легкой атлетики; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по легкой атлетике; Умения: - использовать существующие методики проведения соревнований по легкой атлетике, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по легкой атлетике; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; Навыки: - участия в судействе соревнования по легкой атлетике: - использования специальной аппаратуры и инвентаря;

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий лекционного типа	Кол-во часов
	1 семестр	
1	Лекция №1. ***Введение в предмет.*** Определение и содержание предмета. Классификация и общая характеристика легкоатлетических упражнений. Место и значение легкой атлетики в системе физического воспитания. История развития и современное состояние легкой атлетики. Значение легкоатлетических упражнений для развития качеств, необходимых для избранного вида спорта, навыков, средств и методов обучения базовым видам спорта.	2
2	Лекция №2. ***Основы техники легкоатлетических упражнений.*** Техника бега. Бег как естественные способ передвижения человека. Цикличность движений. Периоды и фазы движения ноги в течение цикла (двойного шага). Траектория общего центра тяжести, перемещений звеньев ноги и движений в суставах. Скорость передвижения и зависимость от длины и частоты шагов в беге. Движения бегуна во время фаз (периодов) опоры и полета, положение туловища, головы и движения рук и ног. Положение на старте и бег по дистанции. Финиш. Особенности техники бега на различные дистанции. Техника прыжков. Характеристика прыжков. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжков: разбег, отталкивание, полет, приземление. Отталкивание как основная фаза прыжка. Факторы, определяющие траекторию полета: скорость, углы отталкивания и вылета. Движения прыгунов в полете и при приземлении. Особенности и способы техники легкоатлетических прыжков. Техника метаний. Характеристика легкоатлетических метаний. Виды метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снарядов: начальная скорость, угол вылета, высота вылета,	2

	сопротивление воздушной Среды. Фазы метания: исходное положение, подготовка к разбегу, разбег, подготовка к финальному усилию, финальное усилие. Варианты и способы метания гранаты, копья, диска и толкания ядра.	
4	Лекция №3. ***Организация и проведение соревнований по легкой атлетике.*** Виды соревнований и положение о соревнованиях. Распределение видов легкой атлетики в программе соревнований по дням и часам, последовательность их проведения. Состав судейской коллегии. Обязанности судей. Правила соревнований по ходьбе, бегу, прыжкам и метаниям. Подготовка мест проведения соревнований.	2
1	Лекция №4. ***Оздоровительная направленность легкоатлетических упражнений.*** Простейшие варианты техники движений в ходьбе и беге. Обеспечение безопасности занятий. Особенности проведения занятий с различным контингентом занимающихся.	2
	2 семестр	
3	Лекция №1. ***Основы обучения и организации занятий по легкой атлетике.*** Основы методики обучения технике бега на различные дистанции, прыжков в длину и высоту, метания малого мяча, толкания ядра. Построение урока и тренировочных занятий по легкой атлетике. Легкая атлетика в программе по физической культуре в учреждениях среднего образования.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
	1 семестр	
2	**Практические занятия №1-6:** **Техника прыжка в длину способом «согнув ноги» и толкания ядра «со скачка»** 1. Техника прыжков. Характеристика прыжков. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжков: разбег, отталкивание, полет, приземление. Отталкивание как основная фаза прыжка. Движения прыгунов в полете и при приземлении. Обучение технике прыжка в длину способом «согнув ноги». Обучение техники прыжка в высоту способом «перешагивание». Выполнение практического норматива. 2. Техника метаний. Характеристика легкоатлетических метаний. Виды метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снарядов. Исходное положение. Разбег. Финальное усилие. Обучение технике толкания ядра. Обучение технике метания малого мяча. Выполнение практического норматива.	12
2	**Практические занятия №7-14:** **Техника прыжка в высоту способом «перешагивание» и бега на короткие дистанции.** 1. Техника бега. Бег как естественные способ передвижения человека. Цикличность движений. Анализ техники бегового шага. Скорость передвижения и зависимость от длины и частоты шагов в беге. Старт. Стартовый разгон. Бег по дистанции. Финиширование. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции. Выполнение практического норматива.	12

	2. Техника прыжков. Характеристика прыжков. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжков: разбег, отталкивание, полет, приземление. Отталкивание как основная фаза прыжка. Движения прыгунов в полете и при приземлении. Обучение технике прыжка в длину способом «согнув ноги». Обучение техники прыжка в высоту способом «перешагивание». Выполнение практического норматива. .	
2	**Практические занятия № 15-21:** **Техника бега на средние дистанции и метания малого мяча** 1. Техника бега. Бег как естественные способ передвижения человека. Цикличность движений. Анализ техники бегового шага. Скорость передвижения и зависимость от длины и частоты шагов в беге. Старт. Стартовый разгон. Бег по дистанции. Финиширование. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции. Выполнение практического норматива. 2. Техника метаний. Характеристика легкоатлетических метаний. Виды метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снарядов. Исходное положение. Разбег. Финальное усилие. Обучение технике толкания ядра. Обучение технике метания малого мяча. Выполнение практического норматива.	12
2	**Семинарские занятия №1-3:** **Техника и методика обучения в легкой атлетике** 1. Техника бега. Бег как естественные способ передвижения человека. Цикличность движений. Анализ техники бегового шага. Скорость передвижения и зависимость от длины и частоты шагов в беге. Старт. Стартовый разгон. Бег по дистанции. Финиширование. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции. 2. Техника прыжков. Характеристика прыжков. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжков: разбег, отталкивание, полет, приземление. Отталкивание как основная фаза прыжка. Движения прыгунов в полете и при приземлении. Обучение технике прыжка в длину способом «согнув ноги». Обучение техники прыжка в высоту способом « 3. Техника метаний. Характеристика легкоатлетических метаний. Виды метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снарядов. Исходное положение. Разбег. Финальное усилие. Обучение технике толкания ядра. Обучение технике метания малого мяча. 4. Типовая схема обучения и последовательность изучения техники. Основные принципы обучения. Основные методы обучения. Задачи обучения. Основной путь обучения: от сообщения знаний к формированию умений и навыков. Двигательные умения и навыки. Положительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения. Специфика применения дидактических принципов при обучении в видах легкой атлетики. Структура процесса обучения. Предупреждение и устранение грубых ошибок.	6
2 семестр		
2	**Семинарские занятия № 1-2:** **Техника и методика обучения в легкой атлетике**	4

	1. Техника бега. Бег как естественные способ передвижения человека. Цикличность движений. Анализ техники бегового шага. Скорость передвижения и зависимость от длины и частоты шагов в беге. Старт. Стартовый разгон. Бег по дистанции. Финиширование. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции. 2. Техника прыжков. Характеристика прыжков. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжков: разбег, отталкивание, полет, приземление. Отталкивание как основная фаза прыжка. Движения прыгунов в полете и при приземлении. Обучение технике прыжка в длину способом «согнув ноги». Обучение техники прыжка в высоту способом « 3. Техника метаний. Характеристика легкоатлетических метаний. Виды метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снарядов. Исходное положение. Разбег. Финальное усилие. Обучение технике толкания ядра. Обучение технике метания малого мяча. 1. Типовая схема обучения и последовательность изучения техники. Основные принципы обучения. Основные методы обучения. Задачи обучения. Основной путь обучения: от сообщения знаний к формированию умений и навыков. Двигательные умения и навыки. Положительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения. Специфика применения дидактических принципов при обучении в видах легкой атлетики. Структура процесса обучения. Предупреждение и устранение грубых ошибок.	
3	**Семинарские занятия №3:** **Организация и проведение занятий по легкой атлетике в общеобразовательных учреждениях. Использование легкоатлетических упражнений в рекреационной деятельности.** 1. Структура, задачи и содержание урока по легкой атлетике. 2. Подбор и дозировка упражнений. 3. Подготовка педагога. 4. Оценка успеваемости. 5. Планирование урока по легкой атлетике. 6. Проведение урока по легкой атлетике. 7. Легкая атлетика в общеобразовательных учреждениях различного уровня. 8. Применение легкоатлетических упражнений в рекреационной деятельности. 9. Оздоровительный бег и ходьба. Укрепления кардио-респираторной системы и опорно-двигательного аппарата. 10. Техника и методика оздоровительного бега и ходьбы. Разновидности оздоровительного бега (общей и специальной направленности.) и ходьбы (нординг, вокинг).	2
2	**Практические занятия №1-7:** **Методика обучения технике прыжка в длину способом «согнув ноги», методика обучения технике толкания ядра «со скачка».** 1. Техника прыжков. Характеристика прыжков. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжков: разбег, отталкивание, полет, приземление. Отталкивание как основная фаза прыжка.	14

	Движения прыгунов в полете и при приземлении. Обучение технике прыжка в длину способом «согнув ноги». Обучение техники прыжка в высоту способом «перешагивание». Выполнение практического норматива. 2. Техника метаний. Характеристика легкоатлетических метаний. Виды метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снарядов. Исходное положение. Разбег. Финальное усилие. Обучение технике толкания ядра. Обучение технике метания малого мяча. Выполнение практического норматива.	
2	**Практические занятия №8-15:** **Методика обучения технике прыжка в высоту способом «перешагивания», методика обучения технике бега на короткие дистанции.** 1. Техника бега. Бег как естественные способ передвижения человека. Цикличность движений. Анализ техники бегового шага. Скорость передвижения и зависимость от длины и частоты шагов в беге. Старт. Стартовый разгон. Бег по дистанции. Финиширование. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции. Выполнение практического норматива. 2. Техника прыжков. Характеристика прыжков. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжков: разбег, отталкивание, полет, приземление. Отталкивание как основная фаза прыжка. Движения прыгунов в полете и при приземлении. Обучение технике прыжка в длину способом «согнув ноги». Обучение техники прыжка в высоту способом «перешагивание». Выполнение практического норматива. .	14
2	**Практические занятия № 16-22:** **Методика обучения технике бега на средние дистанции, методика обучения технике метания малого мяча.** 1. Техника бега. Бег как естественные способ передвижения человека. Цикличность движений. Анализ техники бегового шага. Скорость передвижения и зависимость от длины и частоты шагов в беге. Старт. Стартовый разгон. Бег по дистанции. Финиширование. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции. Выполнение практического норматива. 2. Техника метаний. Характеристика легкоатлетических метаний. Виды метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снарядов. Исходное положение. Разбег. Финальное усилие. Обучение технике толкания ядра. Обучение технике метания малого мяча. Выполнение практического норматива.	12

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
	1 семестр	
1,2, 3,4	**Практические занятия № 1** ***Прыжки в высоту с разбега*** способом «перешагивание». Специальные упражнения для отталкивания,	2

	разбега, перехода через планку и приземления. Техника прыжка в целом. Методика использования специальных прыжковых упражнений для обучения технике прыжка в высоту. Последовательность применения подводящих упражнений при обучении разбегу; отталкиванию; переходу через планку и приземлению. Методика исправления ошибок.	
1,2, 3,4	**Практические занятия № 2** ***Толкание ядра*** способом «со скачка». Специальные упражнения. Держание снаряда. Толкание ядра с места. Скачок. Толкание ядра со скачка. Последовательность применения подводящих упражнений при обучении технике толкания ядра. Методика исправления ошибок. Использование кругового метода при обучении технике толканию ядра.	2
1,2, 3,4	**Практические занятия № 3** ***Метание малого мяча*** способом отведения «прямо-назад» с 4-х бросковых шагов. Держание снаряда, метание с места, метание с отведением снаряда и выполнением 4-х бросковых шагов от контрольной отметки, метание с разбега в целом. Последовательность применения подводящих упражнений при обучении технике малого мяча. Методика исправления ошибок.	2
1,2, 3,4	**Практические занятия № 4** ***Проведение комплекса ОРУ***	2
	2 семестр	
1,2, 3,4	**Практические занятия № 1** ***Бег на средние дистанции.*** Специальные упражнения для бега ("семенящий", с высоким подниманием бедра, прыжки в шаге и т.д.). Техника бега по прямой и повороту. Высокий старт. Особенности бега по виражу. Финиширование. Техника бега на средние дистанции в целом. Последовательность применения специальных беговых упражнений при обучении технике бега на средние дистанции; последовательность применения подводящих упражнений при обучении технике бега на средние дистанции. Методика исправления ошибок в технике бега на средние дистанции.	2
1,2, 3,4	**Практические занятия № 2** ***Бег на короткие дистанции.*** Техника низкого старта и стартового разбега, бег по дистанции, финиширование. Особенности техники бега по виражу. Методика использования специальных беговых упражнений для обучения технике бега на короткие дистанции. Последовательность применения подводящих упражнений при обучении технике бега на короткие дистанции. Методика исправления ошибок в технике бега на короткие дистанции.	2
1,2, 3,4	**Практические занятия № 3** ***Прыжки в длину с разбега*** способом «согнув ноги». Специальные упражнения для отталкивания, разбега, полета и приземления. Техника прыжка в целом. Методика использования специальных прыжковых упражнений для обучения технике прыжка в длину. Последовательность применения подводящих упражнений при обучении технике прыжка в длину. Методика исправления ошибок. Использование кругового метода при обучении прыжка в длину.	2
1,2, 3,4	**Практические занятия № 4** ***Проведение комплекса ОРУ***	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Алхасов, Д. С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика : учебное пособие для вузов / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 300 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12402-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/518851
2. Базовые виды спорта. Легкая атлетика : учебное пособие / составители М. С. Воротова, Ю. В. Моисеев. — Ижевск : Ижевская ГСХА, 2020. — 68 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/158623. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Батырь, И. Н. Теория и методика избранного вида спорта (легкая атлетика) : учебное пособие / И. Н. Батырь, В. В. Чемов. — Волгоград : ВГАФК, 2017. — 302 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/158108. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Методика тренировки в легкой атлетике : учебное пособие / Т. П. Юшкевич, В. Г. Ярошевич, В. В. Руденик [и др.]. — Минск : БГУФК, 2021. — 562 с. — ISBN 978-985-569-532-6.. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/245162 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Литвиненко, Л.В. Легкая атлетика [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.В. Литвиненко, В.А. Ермакова. - Малаховка : [б. и.], 2017. – 118 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Рыбакова, Е. О. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика : учебное пособие / Е. О. Рыбакова, В. В. Созинов. — Чайковский : ЧГИФК, 2020. — 89 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/233768.— Режим доступа: для авториз. пользователей.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Врублевский, Е. П. Легкая атлетика: основы знаний (в вопросах и ответах) : учебное пособие / Е. П. Врублевский. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Спорт, 2016. – 241 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459995
2. Германов, Г.Н. Легкая атлетика в основной и средней (полной) школе : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры : для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / Г.Н. Германов. — Москва : Юрайт, 2018. — 257, [1] с. : ил.
3. Германов, Г. Н. Физическая культура в школе. Легкая атлетика : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 461 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04548-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/515004
4. Димова, А.Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания : учебник для студентов вузов, обучающихся по педагогическим направлениям / А.Л. Димова. — Москва : Юрайт, 2021. — 427, [1] с. : ил.
5. Жилкин, А.И. Теория и методика легкой атлетики [Текст] : учебник / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. - 7-е изд., испр. - Москва : Академия, 2013. - 463, [1] с. : ил.
6. Забелина, Л. Г. Легкая атлетика. Подготовка студентов к сдаче тестов комплекса ГТО : учебное пособие / Л. Г. Забелина. — Новосибирск : НГТУ, 2021. — 84 с. — ISBN 978-

5-7782-4381-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/216134.— Режим доступа: для авториз. пользователей.
7. Карасев, А.В. Спринтерский и барьерный бег : учебное пособие / А.В. Карасев, Л.А. Черенева. — Москва : Советский спорт, 2021. — 111 с. : ил.
8. Колесников, А.В. Использование специально-подготовительных упражнений при обучении студентов-легкоатлетов методикам подготовки в избранном виде спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.В. Колесников, Е.Н. Сидорова, О.О. Николаева. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2016. – 128 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
9. Легкая атлетика : учебное пособие / А. П. Кизько, Л. Г. Забелина, А. В. Тертычный, В. А. Косарев ; Новосибирский государственный технический университет. – Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2018. – 156 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=576711
10. Литвиненко, Л.В. Теория и методика избранного вида спорта (спортивная тренировка в легкой атлетике) : учебное пособие / Л.В. Литвиненко, И.С. Маркина ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — 2-е изд., доп. и перераб. — Малаховка, 2019. — 120 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
11. Никитушкин, В. Г. Легкая атлетика в начальной школе : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 205 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05786-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/515033
12. Ревзон, А.С. Настольная книга бегуна на выносливость, или технология подготовки "чистых" спортсменов : [учебное пособие] / А.С. Ревзон, А.М. Якимов. — Москва : Спорт : Человек, 2019. — 309, [1] с. : ил.
13. Сидорова, Е. Н. Специальные упражнения для обучения видам легкой атлетики : учебное пособие / Е. Н. Сидорова, О. О. Николаева ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2016. – 148 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497533
14. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Легкая атлетика [Текст] : учебник / Г.В. Грецов [и др.]; под ред. Г. В. Грецова, А. Б. Янковского. - 2-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 287, [1] с. : ил.
15. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514967

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/

- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Специализированный зал по легкой атлетике, стадион, оснащённые следующей материально-технической базой: сектор для прыжков в длину (прыжковая яма, рулетка); сектор для прыжков высоту (гимнастические маты, стойки, планка, рулетка); сектор для метаний (ядро, малый мяч, сетка, рулетка); беговая дорожка (стартовые колодки, секундомер).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра анатомии

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Анатомия человека

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
Направление 49.03.02 Физическая культура лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Профиль подготовки:
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«29» августа 2022г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ **Ткачук М.Г.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Петренко Е.В. к. мед.наук, доцент

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной и заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***экзамен.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Категория общепрофессиональной компетенции – обучение и развитие	ОПК-4 Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта
Категория общепрофессиональной компетенции – обеспечение безопасности	ОПК-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь
Категория общепрофессиональной компетенции – организационно-методическое обеспечение	ОПК-13 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-4 Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	Знает: методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека. Умеет: интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; определять биомеханические характеристики тела человека	Знает: методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека. Умеет: интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определять биомеханические характеристики тела человека; пользоваться контрольно-измерительными приборами. Владеет: опытом проведения антропометрических измерений;

ОПК-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь ОПК-13 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	и его движений; пользоваться контрольно-измерительными приборами. Имеет опыт проведения антропометрических измерений; применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека. Знает: виды физических качеств и факторы, их определяющие; особенности развития физических качеств. Умеет: учитывать закономерности и факторы физического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; способствовать развитию физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций. Владеет современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся. Знает: морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и	применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека. Знает: виды физических качеств и факторы, их определяющие; особенности развития физических качеств. Умеет: учитывать закономерности и факторы физического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; способствовать развитию физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций. Владеет: современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся. Знает: морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу их применения; влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; биомеханические особенности опорно- двигательного аппарата человека; физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте;

	половом аспекте; физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте. Умеет: дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; оценивать эффективность статических положений и движений человека. Имеет опыт использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; проведения анатомического анализа физических упражнений; биомеханического анализа статических положений и движений человека.	анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств. Умеет: дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; оценивать эффективность статических положений и движений человека. Владеет: опытом использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; проведения анатомического анализа физических упражнений; биомеханического анализа статических положений и движений человека.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		216	108	108						
В том числе:										
Занятия лекционного типа		28	14	14						
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		80	40	40						
Контроль (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		24	6	18						
Самостоятельная работа студента		84	48	36						
Общая трудоемкость	**часы**	**216**	108	108						
	зачетные единицы	**6**	3	3						

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры		
			1	2	3
Контактная работа преподавателей с обучающимися		216	108	108	
В том числе:					
Занятия лекционного типа		8	4	4	
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		12	6	6	
Контроль (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		13	4	9	
Самостоятельная работа студента		153	74	79	
Контрольная работа		30	20	10	
Общая трудоемкость	**часы**	**216**	108	108	
	зачетные единицы	**6**	3	3	

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:
4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Анатомия систем исполнения движений	Уровни организации живого организма. Периоды онтогенеза. Закономерности физического развития. Опорно-двигательный аппарат. Динамическая анатомия.	**Знает** - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; виды физических качеств и факторы, их определяющие; особенности развития физических качеств. **Умеет** - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определять биомеханические характеристики тела человека; пользоваться контрольно-измерительными приборами. учитывать закономерности и факторы физического развития людей; способствовать развитию физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций. **Владеет** – Имеет опыт проведения антропометрических измерений; применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека. владения современными, методами оценки двигательного развития с учетом возраста, пола занимающихся.
2	Анатомия систем обеспечения и регуляции жизнедеятельности	Внутренние органы. Сердечнососудистая и лимфоидная системы. Нервная система. Основы антропометрии. Физическое развитие.	**Знает** - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок; влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса. Физиологические функции основных органов и систем

			человека в возрастном и половом аспекте; физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; анатомо-физиологические основы развития физических качеств. **Умеет** - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; оценивать эффективность статических положений и движений человека. **Владеет** – использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; проведения анатомического анализа физических упражнений.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 1 СЕМЕСТР

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	ЛЕКЦИЯ № 1. Введение в предмет. Уровни организации живого организма. Закономерности физического развития.	2
1	ЛЕКЦИЯ № 2. Общая остеология. Возрастные особенности костей, адаптация к физическим нагрузкам.	2
1	ЛЕКЦИЯ№ 3. Общая синдесмология. Возрастные особенности соединений костей, адаптация суставов к физическим нагрузкам	2
1	ЛЕКЦИЯ № 4. Общая миология. Возрастные особенности мышц.	2
1	ЛЕКЦИЯ № 5. Функциональная миология. Адаптация мышц к физическим нагрузкам.	2
1	ЛЕКЦИЯ № 6. Общие вопросы анатомического анализа положений и движений спортсмена.	2
1	ЛЕКЦИЯ № 7. Анатомический анализ циклических и ациклических движений. Анатомический анализ ходьбы. Анатомический анализ плавания кролем на груди. Анатомический анализ прыжка в длину с места. Анатомический анализ метания копья. Анатомический анализ сальто назад.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	Занятие №1. *Изучение и закрепление нового материала*. * Скелет туловища. Позвоночный столб: шейные, грудные, поясничные позвонки; крестец. Грудная клетка: грудина, ребра.	2
1	Занятие № 2. *Изучение и закрепление нового материала*. * Скелет черепа. Кости мозгового и лицевого черепа. Череп в целом. Наружное и внутреннее основание черепа.	2
1	Занятие № 3. *Изучение и закрепление нового материала*. * Скелет верхней конечности. Ключица. Лопатка. Плечевая кость. Локтевая кость. Лучевая кость. Кости запястья. Кости пясти. Кости пальцев кисти.	2
1	Занятие № 4. *Изучение и закрепление нового материала*. * Скелет нижней конечности. Тазовая кость. Бедренная кость. Большеберцовая кость. Малоберцовая кость. Кости предплюсны. Кости плюсны. Кости пальцев стопы.	2
1	Занятие № 5. Текущий контроль по остеологии (4/9)	2
1	Занятие № 6. Соединения костей туловища и черепа. Соединения позвонков. Соединение позвоночника с черепом. Соединения ребер с позвоночником и грудиной. Соединения костей черепа.	2
1	Занятие № 7. *Изучение и закрепление нового материала*. * Соединения костей верхней конечности. Грудино-ключичный сустав. Акромиально-ключичный сустав. Плечевой сустав. Локтевой сустав. Соединения костей предплечья. Лучезапястный сустав. Суставы кисти.	2
1	Занятие № 8. *Изучение и закрепление нового материала*. * Соединения костей нижней конечности. Крестцово-подвздошный сустав. Тазобедренный сустав. Коленный устав. Соединения костей голени. Голеностопный сустав. Суставы стопы.	2
1	Занятие № 9. Текущий контроль по синдесмологии (4/10).	2
1	Занятие № 10. Мышцы спины.	2
	Занятие № 11. *Изучение и закрепление нового материала*. * Мышцы груди и живота. Дыхательные мышцы. Функциональная характеристика мышц туловища. Мышцы тазового дна.	2
1	Занятие № 12. Мышцы головы и шеи.	2
1	Занятие № 13. Текущий контроль по мышцам туловища, головы и шеи (4/10).	2
1	Занятие № 14. *Изучение и закрепление нового материала*. * Мышцы пояса верхней конечности. Мышцы плеча. Мышцы, обеспечивающие движения в грудино-ключичном и плечевом суставе.	2
1	Занятие № 15. *Изучение и закрепление нового материала**. Мышцы предплечья и кисти. Мышцы, обеспечивающие движения в локтевом и лучезапястном суставах. Мышцы, обеспечивающие движения пальцев.	2
1	Занятие № 16. *Изучение и закрепление нового материала**. Мышцы таза и бедра. Мышцы пояса нижних конечностей. Мышцы бедра. Мышцы, обеспечивающие движения в тазобедренном суставе.	2
1	Занятие № 17. *Изучение и закрепление нового материала.* * Мышцы голени и стопы. Мышцы голени. Мышцы стопы. Мышцы, обеспечивающие движения в коленном суставе. Мышцы, обеспечивающие движения стопы и пальцев.	2
1	Занятие № 18. Текущий контроль по мышцам конечностей (4/10).	2
1	Занятие № 19. Анатомический анализ статических положений. Анатомический	2

	анализ движений. Анатомический анализ техники выполнения упражнения из избранного вида спорта по выбору студента.	
1	Занятие № 20. Текущий контроль по анатомическому анализу положений и движений тела спортсмена (4/10).	2

***** - занятия в интерактивной форме

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 2 СЕМЕСТР

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
2	Лекция № 1. Общие вопросы строения внутренних органов. Функциональное значение внутренних органов.	2
2	Лекция № 2. Общие вопросы строения сердечнососудистой системы. Круги кровообращения.	2
2	ЛЕКЦИЯ № 3. Общие вопросы строения лимфатической системы. Органы лимфоидной (иммунной) системы.	2
2	ЛЕКЦИЯ № 4. Общие вопросы строения нервной системы. Центральная нервная система. Спинной мозг, оболочки спинного мозга.	2
3	ЛЕКЦИЯ № 5. Головной мозг. Проводящие пути спинного и головного мозга. Оболочки головного мозга.	2
2	ЛЕКЦИЯ № 6. Периферическая нервная система. Спинномозговые и черепные нервы.	2
3	ЛЕКЦИЯ № 7. Вегетативная нервная система, ее отделы. Вегетативная рефлекторная дуга.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
2	Занятие №1. *Изучение и закрепление нового материала** Пищеварительная и дыхательная системы. Органы пищеварительной и дыхательной систем, их функции, положение, строение.	2
2	Занятие № 2. *Изучение и закрепление нового материала**. Мочевая и половая системы. Органы мочевой системы, их функции, положение, строение. Органы мужской и женской половых систем, строение главных половых желез.	2
2	Занятие № 3. Текущий контроль по внутренним органам (5/10).	2
2	Занятие № 4. Сердце. Ветви восходящей аорты и дуги аорты. Сердце, положение, строение. Аорта, её отделы. Ветви дуги и восходящей части аорты.	2
2	Занятие № 5. *Изучение и закрепление нового материала.* * Ветви нисходящей аорты. Ветви нисходящей аорты. Артерии нижних конечностей.	2
2	Занятие № 6. *Изучение и закрепление нового материала.* * Венозная система. Система верхней полой вены, ее притоки. Система нижней полой вены, ее притоки. Система воротной вены, ее притоки, функциональное значение.	2
2	Занятие № 7. Текущий контроль по сердечнососудистой системе (4/10).	2
2	Занятие № 8. Спинной мозг. Ствол мозга. Спинной мозг, топография и строение. Продолговатый, задний, средний и промежуточный мозг, их строение.	2
2	Занятие № 9. *Изучение и закрепление нового материала.* * Конечный мозг. Конечный мозг, его отделы. Рельеф плаща, локализация функций в коре больших	2

	полушарий.	
3	Занятие № 10. *Изучение и закрепление нового материала*. * Проводящие пути центральной нервной системы. Классификация проводящих путей. Восходящие проводящие пути. Нисходящие проводящие пути.	2
2	Занятие № 11. Текущий контроль по центральной нервной системе и проводящим путям головного и спинного мозга (4/10).	2
2	Занятие № 12. *Изучение и закрепление нового материала*. * Спинномозговые нервы. Образование и ветви спинномозгового нерва. Образование сплетений, их ветви, зона иннервации. Грудные спинномозговые нервы, зона иннервации.	2
2	Занятие № 13. *Изучение и закрепление нового материала*. * Черепные нервы. Чувствительные, двигательные и смешанные нервы, зона их иннервации.	
2	Занятие № 14. Текущий контроль по периферической нервной системе (4/10).	2
2	Занятие № 15. Симпатическая нервная система. Симпатическая нервная система, её центральные и периферические отделы, области иннервации.	2
2	Занятие № 16. Парасимпатическая нервная система. Парасимпатическая нервная система, её центральные и периферические отделы, области иннервации. Вегетативная иннервация органов.	2
2	Занятие № 17. Текущий контроль по вегетативной нервной системе (4/10).	2
2	Занятие № 18. Основы антропометрии. Определение антропометрических точек. Оценка пропорций и физического развития, их возрастные и половые особенности.	2
2	Занятие № 19. Возрастные особенности роста и развития организма. Периоды онтогенеза, закономерности физического развития.	2
2	Занятие № 20. Возрастные особенности ОДА. Возрастные особенности систем обеспечения и регуляции.	2

***** - занятия в интерактивной форме

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 1 СЕМЕСТР

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция № 1. Уровни организации живого организма. Общая остеология и синдесмология.	2
1	Лекция № 2. Общая и функциональная миология. Общие вопросы анатомического анализа.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	Занятие № 1. *Изучение и закрепление нового материала.* * Скелет туловища, черепа, конечностей. Анатомический анализ положений и движений спортсмена. Текущий контроль по остеологии (4/9)	2
1	Занятие № 2. *Изучение и закрепление нового материала.* * Соединение костей туловища, черепа, конечностей. Текущий контроль по синдесмологии (4/10).	2
1	Занятие № 3. Мышцы, их функциональная характеристика. Текущий контроль по миологии (4/10). 1 рубежный контроль. Анатомия ОДА (тестирование на кафедре) 5/10	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 2 СЕМЕСТР

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
2	Лекция № 1. Общие вопросы строения внутренних органов, функциональное значение внутренних органов. Общие вопросы строения сердечнососудистой системы. Круги кровообращения.	2
2	Лекция № 2. Общие вопросы строения нервной системы. Рефлекторная дуга. Центральная нервная система. Спинномозговые и черепные нервы. Вегетативная нервная система.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
2	Занятие № 1. Внутренние органы. Система органов пищеварения, дыхания, мочевых, половых органов. Текущий контроль по внутренним органам (2/10).	2
2	Занятие № 2. *Изучение и закрепление нового материала.* * Сердечно-сосудистая система. Строение сердца, артерий и вен. Основы антропометрии. Текущий контроль по сердечнососудистой и иммунной системам (3/10).	2
2	Занятие № 3. *Изучение и закрепление нового материала.* * Центральная и периферическая нервная система. Спинной мозг. Строение рефлекторной дуги. Головной мозг, его отделы. Черепные и спинномозговые нервы. Вегетативная нервная система. Текущий контроль по нервной системе (3/10). 1 рубежный контроль. Анатомия систем обеспечения и регуляции жизнедеятельности (тестирование на кафедре). 5/10.	2

***** - занятия в интерактивной форме

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Замараев, В. А. Анатомия для студентов физкультурных вузов и факультетов : учебник и практикум для вузов / В. А. Замараев, Е. З. Година, Д. Б. Никитюк. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 416 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-8588-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/511518
2. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) : учебник / М.Ф. Иваницкий; под редакцией Б. А. Никитюка, А. А. Гладышевой, Ф. В. Судзиловского. - 16 изд. - Москва : Спорт, 2022. - 623 с. : ил.
3. Кабанов, Н. А. Анатомия человека : учебник для вузов / Н. А. Кабанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 464 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09075-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/517104
4. Страдина, М.С. Функциональная анатомия регуляторных систем : учебное пособие / М.С. Страдина ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. — 130 с. : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
5. Цехмистренко, Т. А. Анатомия человека : учебник и практикум для вузов / Т. А. Цехмистренко, Д. К. Обухов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 287 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14917-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/512831

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Гайворонский, И.В. Анатомия и физиология человека [Текст] : учебник / И.В. Гайворонский, Г.И. Ничипорук, А.И. Гайворонский. - 10-е изд., стер. - Москва : Академия, 2015. - 495, [1] с. : ил.
2. Герке, Т. Спортивная анатомия / Т. Герке ; перевод с немецкого С. Э. Борич. — 3-е изд. — Минск : Попурри, 2019. — 267, [2] с. : ил., фот.
3. Замараев, В. А. Анатомия : учебное пособие для вузов / В. А. Замараев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 268 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07276-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513500
4. Козлов, В.И. Анатомия человека : учебное пособие / В.И. Козлов, О.А. Гурова. - 4-е изд., стер. - Москва : Практическая медицина, 2021. - 364 с. : ил.
5. Козлов, В.И. Анатомия человека : учебник / В.И. Козлов. - Москва : Практическая медицина, 2018. - 742, [1] с. : ил.
6. Красноруцкая, И.С. Функциональная анатомия центральной нервной системы : учебное пособие / И.С. Красноруцкая; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. – 119 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
7. Лысов, П.К. Анатомия человека (с основами спортивной морфологии) [Текст] : учебник: в 2 т. Т. 1 / П.К. Лысов, М.Р. Сапин. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Академия, 2015. - 234, [1] с. : ил.

8. Лысов, П.К. Анатомия человека (с основами спортивной морфологии) [Текст] : учебник: в 2 т. Т. 2 / П.К. Лысов, М.Р. Сапин. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Академия, 2015. - 287, [1] с. : ил.
9. Пивченко, П.Г.Анатомия опорно-двигательного аппарата : учебное пособие / П.Г. Пивченко, Н.А. Трушель. - 4-е изд. - Минск : Новое знание, 2020. - 269, [1] с. : ил.
10. Самусев, Р.П. Атлас анатомии человека [Текст] : учебное пособие / Р.П. Самусев. - 7-е изд., перераб. - Москва : АСТ: Мир и Образование, 2016. - 542, [1] с. : ил.
11. Сапин, М.Р. Анатомия человека [Текст] : учебник / М.Р. Сапин, Д.Б. Никитюк, С.В. Клочкова; Министерство образования и науки Российской Федерации ; под ред. Д. Б. Никитюка. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 892 с. : ил.

6. **ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»,** необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИЦИПЛИНЫ**

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения:

1. Анатомический музей.
2. Специализированные аудитории.
3. Анатомические музейные и учебные препараты.
4. Муляжи. Планшеты. Таблицы.
5. Антропометрические инструменты.
6. Мультимедийный комплекс.
7. Комплект видеофильмов.
8. Мультимедийные лекции.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университе.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра иностранных языков

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Иностранный язык

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«30» 08 20__ г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ Яковлюк А.П.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:
Ст. преподаватель кафедры иностранных языков
Ершова Ю.Н.

Санкт-Петербург
2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения, на 1 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: 2 семестр - ЭКЗАМЕН.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Коммуникация	УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-4	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, комплексной реабилитации и абилитации инвалидов, детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единиц иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; УК – 4.2 Умеет: - на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; -	Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, комплексной реабилитации и абилитации инвалидов, детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единиц иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; Умеет: - на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу,

	пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).	целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**72**		**72**						
В том числе:										
Занятия лекционного типа										
Занятия семинарского типа (семинары, **практические занятия**, лабораторные работы)		72		72						
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет (зачет с оценкой, **экзамен**)		18		18						
Самостоятельная работа студента		**54**		**54**						
Общая трудоемкость	**часы**	144		144						
	зачетные единицы	4		4						

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**14**		**14**							
В том числе:											
Занятия лекционного типа											
Занятия семинарского типа (семинары, **практические занятия**, лабораторные работы)		14		14							
Промежуточная аттестация (зачет, **дифференцированный зачет (зачет с оценкой, экзамен)**		9		9							
Самостоятельная работа студента		**121**		**121**							
В том числе:											
Выполнение контрольной работы				20							
Общая трудоемкость	**Часы**	**144**		**144**							
	зачетные единицы	**4**		**4**							

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	«About myself» (О себе)	1. Фонетика: позиция языка, позиция губ, сонанты. Отличие английского фонетического строя от русского. Гласные звуки. Дифтонги. Согласные звуки. Звуки, не имеющие соответствий в русском языке. 2. Грамматика: Глагол «to be». Оборот there is/are. Порядок слов в предложении, типы вопросов в английском языке: общий вопрос, альтернативный вопрос, специальный вопрос, разделительный вопрос, вопрос к подлежащему. Present Simple. Неправильные глаголы. Глагол «to have». Местоимения: личные (в именительном и объектном падеже), притяжательные (собственно притяжательные; в абсолютной форме), возвратные. Множественное число имени существительного. Притяжательный падеж существительного. Неопределенный артикль a(an), Определенный артикль the, Past Simple, оборот «to be going to», Future Simple. Числительные. Местоимение it в безличных предложениях, указательные местоимения. Местоимения much, many. Местоимения little (a little) и few (a few). 3. Лексическая тема «About Myself»: • ***General information: name, age, appearance, character, family, contact information.*** • ***Daily routine.*** • ***Hobbies and interests.*** • ***Free time activities.*** • ***My future plans.*** 4. Монологическая речь: понятие, виды монологической речи (описание, повествование, рассуждение), постановка коммуникативной задачи (коммуникативное намерение), алгоритм построения монологического высказывания, организация высказывания, языковое оформление высказывания (лексический запас, грамматические структуры,	Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, комплексной реабилитации и абилитации инвалидов, детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единиц иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; Умеет: - на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией

		фонетическое оформление) (формированию умений монологической речи – выполнение речевых (коммуникативных) упражнений (подготовленная/ неподготовленная монологическая речь)) 5. Диалогическая речь: понятие, виды диалогической речи (диалог–расспрос, диалог–обмен мнениями/суждениями, диалог–побуждение к действию, этикетный диалог и их комбинации) Работа с диалогами ***«Meeting people»*** (аудирование, воспроизведение диалога-модели, построение нового диалогического высказывания) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 6. Речевой этикет: понятие речевого этикета, особенности современного английского речевого этикета, формулы речевого этикета (слова, фразы, устойчивые выражения). • Apologies. Encouragement, sympathy, regret. Congratulations and wishes. • Doubt, disbelief, surprise. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 7.**Текущий контроль №1. Устный опрос по теме «About myself».**	профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
2.	«Общеспортивная терминология»	1. Фонетика: словесное ударение, фразовое и логическое ударение. Мелодика английского предложения. 2. Грамматика: Present Continuous. Past Continuous. Future Continuous. Выполнение грамматических упражнений. Неопределенные местоимения и их производные. Побудительные предложения. Имя прилагательное (степени сравнения). Наречие. Выполнение грамматических упражнений. Present Perfect. Past Perfect. Future Perfect. Выполнение грамматических упражнений. Present Perfect Continuous. Past Perfect Continuous. Future Perfect Continuous. Выполнение грамматических упражнений.	Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, комплексной реабилитации и абилитации инвалидов, детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого

		3. Лексическая тема «Общеспортивная терминология»: • ***Physical education.*** • ***Healthy lifestyle.*** • ***Talking about sport: name of sports, people, related verbs, equipment, places, related words.*** • ***Mass sport and elite sport.*** • ***Professional sport and amateur sport.*** • ***Recreational sports.*** Выполнение лексических упражнений. • ***General physical skills: stamina, strength, flexibility, power, speed, coordination, agility, balance, accuracy, cardiovascular/respiratory endurance.*** • ***Sports training.*** • ***Health and sport. Human body (human body parts, internal organs, human body systems and their functions). Common sports injuries.*** Выполнение лексических упражнений. • ***Competitions.*** • ***Athelete's career.*** • ***Career problems in sport.*** 4. Ролевая игра. Тема «At the doctor's» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 5. Диалогическая речь: «At a sporting event» (мини-диалоги) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 6. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение рассмотренных аспектов лексической темы «Общеспортивная терминология» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы). Примерный перечень тем: - *Ways of leading a healthy lifestyle.* - *Advantages and Disadvantages of a Healthy Lifestyle.*	материала в категориях основных дидактических единиц иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; Умеет: - на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).

		- *Physical, Psychological and Social Benefits of Sports.* - *Professional sport and amateur sport.* - *Recreational sports.* - *Career problems in sport.*	
3.	«Saint Petersburg» (Санкт-Петербург)	1. Грамматика: Система времен английского языка (Simple Tenses, Continuous Tenses, Perfect Tenses, Perfect Continuous Tenses) (повторение). Выполнение грамматических упражнений. Модальные глаголы: can (could), may (might), must, have to. Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «Saint Petersburg»: • ***general information*** (чтение и лексико-грамматический анализ опорного текста) • показ учебного фильма «Saint Petersburg» (St. Petersburg Vacation Travel Video Guide (Expoza Travel)), выполнение интерактивного задания. 3. Диалогическая речь: - Ролевая игра «Asking the way» (мини-диалоги) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) - Ролевые игры «At the museum», «At the shop», «At the café» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 4. Речевой этикет. Agreement and disagreement. Misunderstanding. Clearing up things. Requests. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 5. **Текущий контроль №2. Устный опрос по теме «Saint Petersburg».**	Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, комплексной реабилитации и абилитации инвалидов, детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единиц иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; Умеет: - на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).

4.	«Lesgaft University» (Университета им. П.Ф. Лесгафта)	1. Грамматика: Модальные глаголы: ought to, to be to, should, need, dare. Выполнение грамматических упражнений. Модальные глаголы: can (could), may (might), must, have to, ought to, to be to, should, need, dare (повторение). Выполнение грамматических упражнений. Видовременная система английского глагола (повторение), страдательный залог. Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «Lesgaft University»: • ***Education. Student life.*** Выполнение лексических упражнений. • ***Текст «Lesgaft University»*** (чтение и лексико-грамматический анализ опорного текста). • ***PyotrF. Lesgaft: biography.*** • ***Future profession. Coaching as a social and pedagogical phenomenon.*** 3. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение темы «I study at Lesgaft University» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы) 4. Речевой этикет. Asking and giving opinions. Expressing knowledge and advice. Giving reasons. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 5. **Текущий контроль №3. Устный опрос по теме «Lesgaft University».**	Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, комплексной реабилитации и абилитации инвалидов, детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единиц иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; Умеет: - на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
5.	Перевод текстов общеспортивной тематики	1. Грамматика: видовременная система английского глагола, страдательный залог. Выполнение грамматических упражнений. Словообразование в английском языке (конверсия, словосложение, словослияние, сокращение, аффиксация). Выполнение тренировочных упражнений.	Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, комплексной реабилитации и абилитации инвалидов, детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила

		2. Лексическая тема «Общеспортивная терминология» (Тема №2). Выполнение лексических упражнений. 3. Понятие об обиходно-литературном, официально-деловом, научном стилях, стиле художественной литературы. Основные особенности научного стиля. 4. Терминологическая и общенаучная лексика. Понятие. Примеры. 5. Основные виды чтения в английском языке (просмотровое, ознакомительное, изучающее, поисковое). 6. Перевод текста с английского языка на русский: общие рекомендации, алгоритм работы с текстом, переводческие трансформации и приемы перевода. 7. Перевод текстов общеспортивной тематики. ***Organization of sport. Sports Motivation. Game-playfulness-Creativity. Sports nutrition. Movement. Methods of movement. Overtraining.*** Выполнение лексических упражнений. 8. Устойчивые выражения и идиомы английского языка: понятие, примеры, использование в речи. Спортивные идиомы в английском языке. 9. **Текущий контроль №4. Грамматический тест «Система времен английского языка (действительный залог). Модальные глаголы. Страдательный залог».** **Текущий контроль №5. Лексический тест по теме «Общеспортивная терминология» (лексический минимум)**	употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единиц иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; Умеет: - на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
6.	«Russia» (Россия)	1. Грамматика: формы глагола, причастие I, причастие II. Формы причастия I. Причастный оборот. Самостоятельный причастный оборот. Выполнение грамматических упражнений. 2.Лексическая тема «Travelling». Выполнение лексических упражнений. 3.Лексическая тема «Russia». • ***Russia: general information. Sport***	Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, комплексной реабилитации и абилитации инвалидов, детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единиц иностранного языка в контексте изучаемых

		in Russia. (чтение и лексико-грамматический анализ опорного текста). • ***Places to visit.*** Показ учебного фильма «Russia» (Russia Vacation Travel Video Guide (Expoza Travel)). Выполнение интерактивного задания. 4. Речевой этикет. Invitations, arrangements, offers. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций). 5. Диалогическая речь: - Ролевые игры «At the ticket office», « At the airport», «At the customs» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) - Ролевая игра «At the hotel» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 6. **Текущий контроль №6. Устный опрос по теме «Russia»**	тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; Умеет: - на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
7.	«English-speaking countries (Great Britain, The USA)»	1. Грамматика: Герундий. Причастие и герундий (отличия). Формы герундия. Герундиальный оборот. Причастие. Герундий. (повторение). Инфинитив. Отличие инфинитива от герундия. Формы инфинитива. Инфинитивный оборот в функции сложного дополнения, Инфинитивный оборот в функции сложного подлежащего. Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «English-speaking countries (Great Britain, The USA)»: ***<u>Great Britain:</u>*** • ***General information***. • ***Some historical facts about Great Britain.*** (чтение и лексико-грамматический анализ опорного текста). • ***Daily life in Britain.*** • ***Customs and traditions in Great Britain.*** • ***Sports in Great Britain.*** (показ	Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, комплексной реабилитации и абилитации инвалидов, детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единиц иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; Умеет: - на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу,

		учебного фильма «Window on Britain» (Oxford Press)), выполнение интерактивного задания. ***<u>The USA:</u>*** • ***General information.*** (чтение и лексико-грамматический анализ опорного текста). • ***Tourist attractions in The USA.*** • ***Customs and traditions in The USA.*** • ***Sports in The USA.*** Показ учебной презентации: "What do you know about the USA?" Выполнение интерактивных заданий. 3. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение рассмотренных аспектов лексической темы «English-speaking countries (Great Britain, The USA)» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы) 4. Личное письмо (Writing a postcard. Writing a letter to a friend): структура личного письма, правила оформления, типовые фразы (клише) для личного письма, этикет личной переписки. (развитие навыков письменной речи, развитие навыков межличностных коммуникаций).	целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
8.	«Olympic Games/Paralympic Games» (Олимпийские игры/ Паралимпийские игры)	1. Грамматика: неличные формы глагола: причастие, герундий, инфинитив (повторение). Выполнение грамматических упражнений. Согласование времен. Прямая и косвенная речь (повествовательное, вопросительное, повелительное предложение). Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «Olympic Games/ Paralympic Games»: • ***A brief history.*** • ***General information.*** • ***The International Olympic Committee.*** • ***The Paralympic Games (A brief history. General information.)*** • ***The International Paralympic Committee.*** 3. Практика перевода текстов	Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, комплексной реабилитации и абилитации инвалидов, детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единиц иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; Умеет: - на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой

		общеспортивной тематики с русского языка на английский язык. 4. Перевод текстов по специальности, в том числе академических текстов. Чтение и перевод аутентичных текстов (статьи из газет и журналов). 5. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение рассмотренных аспектов темы «Olympic Games/ Paralympic Games» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы) Примерный перечень тем: - *Olympic events. Paralympic events.* - *Olympic Records. Paralympic records.* - *Olympic Champions. Paralympic champions.* 6. **Текущий контроль №7. Грамматический тест «Неличные формы глагола (причастие, герундий, инфинитив)»** **Текущий контроль №8. Устный опрос по теме «Olympic Games/ Paralympic Games».**	и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
9.	«Лексика специальности»	1. Грамматика: Согласование времен. Прямая и косвенная речь (повествовательное, вопросительное, повелительное предложение). Условные предложения I, II, III типа, бессоюзные условные предложения. Условные предложения смешанного типа. Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «Job hunting»**.** • Выполнение лексических упражнений. • ***CV (Curriculum Vitae). Составление резюме.*** • ***Interview.*** (тема «Собеседование: устройство на работу»). Диалоги – аудирование. 3. Лексическая тема «Лексика специальности». • ***Physical and intellectual disabilities*** (лексический минимум). • ***Assistive devices, adaptive***	Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, комплексной реабилитации и абилитации инвалидов, детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единиц иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций

		equipment (лексический минимум). Выполнение лексических упражнений. • ***Adaptive sports (parasports)*** (лексический минимум) • ***Therapeutic physical training.*** (лексический минимум). Выполнение тренировочных лексических упражнений. • ***Physical medicine and rehabilitation.*** • ***Physical therapy.*** Выполнение тренировочных лексических упражнений. 4. Перевод текстов по специальности с английского языка на русский и с русского языка на английский язык. 5. Реферирование иноязычного текста: особенности реферирования иноязычного текста, виды рефератов и их назначение, требования, предъявляемые к реферату, сущность и методы компрессии материала первоисточника, структура и содержание реферата, технология (алгоритм) составления рефератов, языковое оформление реферата, речевые клише для написания рефератов. 6. Аннотирование иноязычного текста: назначение и виды аннотаций, структура, содержание и особенности аннотаций, технология (алгоритм) составления аннотаций, речевые клише для написания аннотаций. 7. Перевод текстов по специальности, в том числе академических текстов. Чтение, перевод и реферирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов). 8. Перевод текстов по специальности (с английского языка на русский и с русского языка на английский язык), в том числе академических текстов. Чтение, перевод и аннотирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов). 9. Перевод текстов по специальности, в том числе академических текстов. Чтение, перевод и аннотирование	иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; Умеет: - на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).

		аутентичных текстов (статьи из газет и журналов). Краткий пересказ содержания текста. 10. Деловое письмо (Writing a formal letter): виды деловых писем, структура и содержание делового письма, правила оформления, типовые фразы (клише) для делового письма, этикет деловой переписки. (развитие навыков письменной речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 11. Диалогическая речь: Ролевая игра «Собеседование: устройство на работу» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 12. **Текущий контроль №9. Лексический тест по теме «Лексика специальности» (лексический минимум)** **Текущий контроль №10. Практика перевода: перевод текстов общеспортивной тематики, перевод текстов по специальности «My specialization»** 13. **Рубежный контроль кафедры (РК-1) (Итоговая контрольная работа по грамматическим/ лексическим темам семестра).**	

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

2 СЕМЕСТР

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
	Тема №1 «About myself» (О себе)	
1	1. Фонетика: позиция языка, позиция губ, сонанты. Отличие английского фонетического строя от русского. Гласные звуки. 2. Грамматика: Глагол «to be». Оборот there is/are. Порядок слов в предложении, типы вопросов в английском языке: общий вопрос, альтернативный вопрос, специальный вопрос, разделительный вопрос, вопрос к подлежащему. Present Simple. Неправильные глаголы. Глагол «to have». Местоимения: личные (в именительном и объектном падеже), притяжательные (собственно притяжательные; в абсолютной форме), возвратные. Множественное число имени существительного. Притяжательный падеж существительного. 3. Лексическая тема «About Myself»: ***General information: name, age,***	2

	appearance, character, family, contact information. 4. Монологическая речь: понятие, виды монологической речи (описание, повествование, рассуждение), постановка коммуникативной задачи (коммуникативное намерение), алгоритм построения монологического высказывания, организация высказывания, языковое оформление высказывания (лексический запас, грамматические структуры, фонетическое оформление) (формированию умений монологической речи – выполнение речевых (коммуникативных) упражнений (подготовленная/ неподготовленная монологическая речь)) 5. Диалогическая речь: понятие, виды диалогической речи (диалог–расспрос, диалог–обмен мнениями/суждениями, диалог–побуждение к действию, этикетный диалог и их комбинации) Работа с диалогами ***«Meeting people»*** (аудирование, воспроизведение диалога-модели, построение нового диалогического высказывания) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	
1	1. Фонетика: Дифтонги. Согласные звуки. Звуки, не имеющие соответствий в русском языке. 2. Грамматика: Неопределенный артикль a(an), Определенный артикль the, Past Simple, оборот «to be going to», Future Simple. 3. Лексическая тема «About Myself»: ***Daily routine. Hobbies and interests. Free time activities. My future plans.*** 4. Речевой этикет: понятие речевого этикета, особенности современного английского речевого этикета, формулы речевого этикета (слова, фразы, устойчивые выражения). • Apologies. Encouragement, sympathy, regret. Congratulations and wishes. • Doubt, disbelief, surprise. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
1	1. **Текущий контроль №1. Устный опрос по теме «About myself»** 2. Грамматика: Числительные. Местоимение it в безличных предложениях, указательные местоимения. Местоимения much, many. Местоимения little (a little) и few (a few).	2
	Тема №2 «Общеспортивная терминология»	
2	1. Фонетика: словесное ударение, фразовое и логическое ударение. Мелодика английского предложения. 2. Грамматика: Present Continuous. Past Continuous. Future Continuous. Выполнение грамматических упражнений. 3. Лексическая тема «Общеспортивная терминология»: • ***Physical education.*** • ***Healthy lifestyle.*** • ***Talking about sport: name of sports, people, related verbs, equipment, places, related words.*** • ***Mass sport and elite sport.*** • ***Professional sport and amateur sport.*** • ***Recreational sports.*** Выполнение лексических упражнений.	2
2	1. Грамматика: Неопределенные местоимения и их производные.	2

	Побудительные предложения. Имя прилагательное (степени сравнения). Наречие. Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «Общеспортивная терминология»: • ***General physical skills: stamina, strength, flexibility, power, speed, coordination, agility, balance, accuracy, cardiovascular/respiratory endurance.*** • ***Sports training.*** • ***Health and sport. Human body (human body parts, internal organs, human body systems and their functions). Common sports injuries.*** Выполнение лексических упражнений. 3. Ролевая игра. Тема «At the doctor's» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	
2	1. Грамматика: Present Perfect. Past Perfect. Future Perfect. Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «Общеспортивная терминология»: • ***Competitions.*** • ***Athelete's career.*** • ***Career problems in sport.*** 3. Диалогическая речь: «At a sporting event» (мини-диалоги) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
2	1. Грамматика: Present Perfect Continuous. Past Perfect Continuous. Future Perfect Continuous. Выполнение грамматических упражнений. 2. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение рассмотренных аспектов лексической темы «Общеспортивная терминология» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы). Примерный перечень тем: - *Ways of leading a healthy lifestyle.* - *Advantages and Disadvantages of a Healthy Lifestyle.* - *Physical, Psychological and Social Benefits of Sports.* - *Professional sport and amateur sport.* - *Recreational sports.* - *Career problems in sport.*	2
	Тема №3 «Saint Petersburg» (Санкт-Петербург)	
3	1. Грамматика: Система времен английского языка (Simple Tenses, Continuous Tenses, Perfect Tenses, Perfect Continuous Tenses) (повторение). Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «Saint Petersburg»: ***general information*** (чтение и лексико-грамматический анализ опорного текста) 3. Диалогическая речь: - Ролевая игра «Asking the way» (мини-диалоги) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) - Ролевые игры «At the museum», «At the shop», «At the café» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
3	1. Лексическая тема «Saint Petersburg»: показ учебного фильма «Saint Petersburg» (St. Petersburg Vacation Travel Video Guide (Expoza Travel)), выполнение интерактивного задания. 2. Речевой этикет. Agreement and disagreement. Misunderstanding. Clearing up things. Requests. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2

3	**1. Текущий контроль №2. Устный опрос по теме «Saint Petersburg»** 2. Грамматика: Модальные глаголы: can (could), may (might), must, have to. Выполнение грамматических упражнений.	2
	Тема №4 «Lesgaft University» (Университета им. П.Ф. Лесгафта)	
4	1. Грамматика: Модальные глаголы: ought to, to be to, should, need, dare. Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «Lesgaft University»: • ***Education. Student life.*** Выполнение лексических упражнений. • ***Текст «Lesgaft University»*** (чтение и лексико-грамматический анализ опорного текста). • ***PyotrF. Lesgaft: biography.*** 3. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение темы «I study at Lesgaft University» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы)	2
4	1. Грамматика: Модальные глаголы: can (could), may (might), must, have to, ought to, to be to, should, need, dare (повторение). Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «Lesgaft University»: ***Future profession***. ***Coaching as a social and pedagogical phenomenon.***	2
4	1. Грамматика: видовременная система английского глагола (повторение), страдательный залог. Выполнение грамматических упражнений. 2. Речевой этикет. Asking and giving opinions. Expressing knowledge and advice. Giving reasons. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
4	**1. Текущий контроль №3. Устный опрос по теме «Lesgaft University».** 2. Грамматика: видовременная система английского глагола (повторение), страдательный залог. Выполнение грамматических упражнений.	2
	Тема №5 Перевод текстов общеспортивной тематики, Тема №2 Общеспортивная терминология	
5,2	1. Грамматика: видовременная система английского глагола, страдательный залог. Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «Общеспортивная терминология». Выполнение лексических упражнений. 3. Понятие об обиходно-литературном, официально-деловом, научном стилях, стиле художественной литературы. Основные особенности научного стиля. 4. Терминологическая и общенаучная лексика. Понятие. Примеры. 5. Основные виды чтения в английском языке (просмотровое, ознакомительное, изучающее, поисковое). 6. Перевод текста с английского языка на русский: общие рекомендации, алгоритм работы с текстом, переводческие трансформации и приемы перевода. 7. Перевод текстов общеспортивной тематики. ***Organization of sport. Sports Motivation. Game-playfulness-Creativity.*** Выполнение лексических упражнений.	2
5,2	**1. Текущий контроль №4. Грамматический тест «Система времен английского языка (действительный залог). Модальные глаголы. Страдательный залог»** 2. Лексическая тема «Общеспортивная терминология». Выполнение лексических упражнений. 3. Устойчивые выражения и идиомы английского языка: понятие, примеры, использование в речи. Спортивные идиомы в английском языке.	2

5,2	**1. Текущий контроль №5. Лексический тест по теме «Общеспортивная терминология» (лексический минимум)** 2. Грамматика: видовременная система английского глагола, страдательный залог. Выполнение грамматических упражнений. 3. Словообразование в английском языке (конверсия, словосложение, словослияние, сокращение, аффиксация). Выполнение тренировочных упражнений. 4. Перевод текстов общеспортивной тематики. ***Sports nutrition. Movement. Methods of movement. Overtraining.*** Выполнение лексических упражнений.	2
	Тема №6 «Russia» (Россия)	
6	1. Грамматика: формы глагола, причастие I, причастие II. Выполнение грамматических упражнений. 2.Лексическая тема «Travelling». Выполнение лексических упражнений. 3.Лексическая тема «Russia». ***Russia: general information. Sport in Russia.*** (чтение и лексико-грамматический анализ опорного текста). 4. Речевой этикет. Invitations, arrangements, offers. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций).	2
6	1. Грамматика: Формы причастия I. Выполнение грамматических упражнений. 2.Лексическая тема «Travelling». Выполнение лексических упражнений. 3. Лексическая тема «Russia». • ***Places to visit.*** Показ учебного фильма «Russia» (Russia Vacation Travel Video Guide (Expoza Travel)). Выполнение интерактивного задания. 4. Диалогическая речь: - Ролевые игры «At the ticket office», « At the airport», «At the customs» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) - Ролевая игра «At the hotel» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
6	**1. Текущий контроль №6. Устный опрос по теме «Russia»** 2. Грамматика: Причастный оборот. Самостоятельный причастный оборот. Выполнение грамматических упражнений.	2
	Тема №7 «English-speaking countries (Great Britain, The USA)»	
7	1. Грамматика: Герундий. Причастие и герундий (отличия). Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «English-speaking countries (Great Britain, The USA)»: ***<u>Great Britain:</u>*** • ***General information***. • ***Some historical facts about Great Britain.*** (чтение и лексико-грамматический анализ опорного текста).	2
7	1. Грамматика: Формы герундия. Герундиальный оборот. Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «English-speaking countries (Great Britain, The USA)»: ***<u>Great Britain:</u>*** • ***Daily life in Britain.*** • ***Customs and traditions in Great Britain.*** • ***Sports in Great Britain.*** (показ учебного фильма «Window on Britain»	2

	(Oxford Press)), выполнение интерактивного задания.	
7	1. Грамматика: Причастие. Герундий. (повторение). Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «English-speaking countries (Great Britain, The USA)». ***<u>The USA:</u>*** • ***General information.*** (чтение и лексико-грамматический анализ опорного текста). • ***Tourist attractions in The USA.*** • ***Customs and traditions in The USA.*** • ***Sports in The USA.*** Показ учебной презентации: "What do you know about the USA?" Выполнение интерактивных заданий.	2
7	1. Грамматика: Инфинитив. 2. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение рассмотренных аспектов лексической темы «English-speaking countries (Great Britain, The USA)» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы)	2
7	1. Грамматика: Инфинитив. Отличие инфинитива от герундия. Формы инфинитива. 2. Личное письмо (Writing a postcard. Writing a letter to a friend): структура личного письма, правила оформления, типовые фразы (клише) для личного письма, этикет личной переписки. (развитие навыков письменной речи, развитие навыков межличностных коммуникаций).	2
7	1. Грамматика: Инфинитивный оборот в функции сложного дополнения, Инфинитивный оборот в функции сложного подлежащего. Выполнение грамматических упражнений.	2
	Тема №8 «Olympic Games/Paralympic Games» (Олимпийские игры/ Паралимпийские игры)	
8	1. Грамматика: неличные формы глагола: причастие, герундий, инфинитив (повторение). Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «Olympic Games/ Paralympic Games»: • ***A brief history.*** • ***General information.*** • ***The International Olympic Committee.*** 3. Практика перевода текстов общеспортивной тематики с русского языка на английский язык.	2
8	1.**Текущий контроль №7. Грамматический тест «Неличные формы глагола (причастие, герундий, инфинитив)»** 2. Лексическая тема «Olympic Games/ Paralympic Games»: • ***The Paralympic Games (A brief history. General information.)*** • ***The International Paralympic Committee.*** 3. Практика перевода текстов общеспортивной тематики с русского языка на английский язык. 4. Перевод текстов по специальности, в том числе академических текстов. Чтение и перевод аутентичных текстов (статьи из газет и журналов). 5. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение рассмотренных аспектов темы «Olympic Games/ Paralympic Games» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы) Примерный перечень тем: - *Olympic events. Paralympic events.* - *Olympic Records. Paralympic records.* - *Olympic Champions. Paralympic champions.*	2

8	**1. Текущий контроль №8. Устный опрос по теме «Olympic Games/ Paralympic Games».** 2. Грамматика: Согласование времен. Прямая и косвенная речь (повествовательное, вопросительное, повелительное предложение). Выполнение грамматических упражнений.	2
	Тема №9 «Лексика специальности»	
9	1. Грамматика: Согласование времен. Прямая и косвенная речь (повествовательное, вопросительное, повелительное предложение). Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «Job hunting»**.** Выполнение лексических упражнений. 3. Лексическая тема «Лексика специальности». ***Physical and intellectual disabilities. Assistive devices, adaptive equipment.*** (лексический минимум). Выполнение лексических упражнений.	2
9	1. Грамматика: Условные предложения I, II, III типа, бессоюзные условные предложения. Условные предложения смешанного типа. Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «Лексика специальности». ***Adaptive sports (parasports). Therapeutic physical training.*** (лексический минимум). Выполнение тренировочных лексических упражнений. 3. Реферирование иноязычного текста: особенности реферирования иноязычного текста, виды рефератов и их назначение, требования, предъявляемые к реферату, сущность и методы компрессии материала первоисточника, структура и содержание реферата, технология (алгоритм) составления рефератов, языковое оформление реферата, речевые клише для написания рефератов. 5. Перевод текстов по специальности, в том числе академических текстов. Чтение, перевод и реферирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов).	2
9	1. Грамматика: Согласование времен. Прямая и косвенная речь. Условные предложения I, II, III типа, бессоюзные условные предложения. Условные предложения смешанного типа. (повторение). Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «Лексика специальности». ***Physical medicine and rehabilitation. Physical therapy.*** Выполнение тренировочных лексических упражнений. 3. Деловое письмо (Writing a formal letter): виды деловых писем, структура и содержание делового письма, правила оформления, типовые фразы (клише) для делового письма, этикет деловой переписки. (развитие навыков письменной речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 4. Перевод текстов по специальности с английского языка на русский и с русского языка на английский язык.	2
9	1. Лексическая тема «Job hunting». ***CV (Curriculum Vitae). Составление резюме.*** 2. Лексическая тема «Лексика специальности». Выполнение тренировочных лексических упражнений. 3.Аннотирование иноязычного текста: назначение и виды аннотаций, структура, содержание и особенности аннотаций, технология (алгоритм) составления аннотаций, речевые клише для написания аннотаций. 4. Перевод текстов по специальности (с английского языка на русский и с русского языка на английский язык), в том числе академических текстов. Чтение, перевод и аннотирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов).	2
9	1. **Текущий контроль №9. Лексический тест по теме «Лексика специальности» (лексический минимум)**	2

	2. Лексическая тема «Job hunting». ***Interview.*** (тема «Собеседование: устройство на работу»). Диалоги – аудирование. 3. Диалогическая речь: Ролевая игра «Собеседование: устройство на работу» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 4. Перевод текстов по специальности, в том числе академических текстов. Чтение, перевод и аннотирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов). Краткий пересказ содержания текста.	
9	**1. Текущий контроль №10. Практика перевода: перевод текстов общеспортивной тематики, перевод текстов по специальности «My specialization»** 2. Перевод текстов по специальности, в том числе академических текстов. Чтение, перевод и аннотирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов). Краткий пересказ содержания текста.	2
9	**1. Рубежный контроль кафедры (РК-1) (Итоговая контрольная работа по грамматическим/ лексическим темам семестра).** 2. Консультация перед экзаменом.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

2 СЕМЕСТР

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
	Тема №1 «About myself» (О себе)	
1	1. Фонетика: позиция языка, позиция губ, сонанты, отличие английского фонетического строя от русского, гласные звуки, дифтонги, согласные звуки. Звуки, не имеющие соответствий в русском языке. 2. Грамматика: Элементарная грамматика: глагол «to be», порядок слов в предложении, типы вопросов в английском языке, глагол «to have», местоимения: личные (в именительном и объектном падеже), притяжательные (собственно притяжательные; в абсолютной форме), возвратные; местоимение it в безличных предложениях, указательные местоимения. Местоимения much, many. Местоимения little (a little) и few (a few). Неопределенные местоимения и их производные. Числительные. Множественное число имени существительного, Притяжательный падеж существительного. Неопределенный артикль a(an), определенный артикль the. Имя прилагательное (степени сравнения). Наречие. (данные темы изучаются студентом ЗАРАНЕЕ САМОСТОЯТЕЛЬНО, на практическом занятии преподаватель отвечает на вопросы, возникшие у студентов по данным темам). Времена группы Simple, Continuous. Оборот «to be going to». 3.Лексическая тема «About Myself»: • ***General information: name, age, appearance, character, family, contact information.*** • ***Daily routine.*** • ***Hobbies and interests.*** • ***Free time activities.*** • ***My future plans.*** Чтение, перевод и лексико-грамматический анализ опорного текста по теме «About Myself». Выполнение лексических упражнений.	2

	Тема №1 «About myself» (О себе) **Тема №2 «Общеспортивная терминология»**	
1,2	1.Фонетика. Словесное ударение, фразовое и логическое ударение. Мелодика английского предложения. 2. Грамматика: Времена группы Perfect, Perfect Continuous. Модальные глаголы: can (could), may (might), must, have to, ought to, to be to, should, need, dare. 3. Лексическая тема «Общеспортивная терминология» (лексический минимум): • ***Physical education.*** • ***Healthy lifestyle.*** • ***Talking about sport: name of sports, people, related verbs, equipment, places, related words.*** • ***Mass sport and elite sport.*** • ***Professional sport and amateur sport.*** • ***Recreational sports.*** • ***General physical skills: stamina, strength, flexibility, power, speed, coordination, agility, balance, accuracy, cardiovascular/respiratory endurance.*** • ***Sports training.*** • ***Health and sport. Human body (human body parts, internal organs, human body systems and their functions). Common sports injuries.*** Выполнение лексических упражнений. • ***Competitions.*** • ***Athelete's career.*** • ***Career problems in sport.*** Выполнение лексических упражнений. 4. **Текущий контроль №1. Устный опрос по теме «About myself».**	2
	Тема №3 «Saint Petersburg» (Санкт-Петербург)	
3	Лексическая тема «St. Petersburg» изучается учащимися самостоятельно по рекомендуемым учебным материалам	-
	Тема №6 «Russia» (Россия)	
6	Лексическая тема «Russia» изучается учащимися самостоятельно по рекомендуемым учебным материалам.	-
	Тема №7 «English-speaking countries (Great Britain, The USA)»	
7	Лексическая тема «English-speaking countries (Great Britain, The USA)» изучается учащимися самостоятельно по рекомендуемым учебным материалам.	-
	Тема №2 «Общеспортивная терминология» **Тема №4 «Lesgaft University» (Университета им. П.Ф. Лесгафта)** **Тема №5 Перевод текстов общеспортивной тематики** **Тема №8 «Olympic Games/Paralympic Games» (Олимпийские игры/ Паралимпийские игры)**	
2,4, 5,8	1. Грамматика: видовременная система английского глагола, страдательный залог. 2. Понятие об обиходно-литературном, официально-деловом, научном стилях, стиле художественной литературы. Основные особенности научного стиля. 3. Основные виды чтения в английском языке (просмотровое, ознакомительное, изучающее, поисковое). 4. Перевод текста с английского языка на русский: общие рекомендации, алгоритм работы с текстом. Перевод текстов общеспортивной тематики. ***Organization of sport. Sports Motivation. Game-Playfulness-Creativity. Sports***	

	nutrition. Movement. Methods of movement. Overtraining. Выполнение лексических упражнений. 5. Лексическая тема «Lesgaft University»: Чтение, перевод и лексико-грамматический анализ опорного текста по теме ***«Lesgaft University». Future profession***. ***Coaching as a social and pedagogical phenomenon.*** 6. Лексическая тема «Olympic Games/ Paralympic Games»: • ***A brief history.*** • ***General information.*** • ***The International Olympic Committee.*** • ***The Paralympic Games (A brief history. General information.)*** • ***The International Paralympic Committee.*** Чтение, перевод и лексико-грамматический анализ опорного текста по теме «Olympic Games/ Paralympic Games». **7. Текущий контроль №2. Лексический тест по теме «Общеспортивная терминология» (лексический минимум)**	2
	Тема №8 «Olympic Games/Paralympic Games» (Олимпийские игры/ Паралимпийские игры) **Тема №9 «Лексика специальности»**	
8,9	1. Грамматика: формы глагола, причастие I и II, причастный оборот, самостоятельный причастный оборот, формы причастия I. Герундий, герундиальный оборот, причастие или герундий, формы герундия. 2. Лексическая тема «Лексика специальности». • ***Physical and intellectual disabilities*** (лексический минимум). • ***Assistive devices, adaptive equipment*** (лексический минимум). • ***Adaptive sports (parasports)*** (лексический минимум) • ***Therapeutic physical training.*** (лексический минимум). • ***Physical medicine and rehabilitation.*** • ***Physical therapy.*** Выполнение тренировочных лексических упражнений. 3. Практика перевода текстов общеспортивной тематики с русского языка на английский язык. **4. Текущий контроль 3. Устный опрос по теме «Olympic Games/ Paralympic Games»**	2
9	1. Грамматика: Инфинитив. Инфинитив, отличие инфинитива от герундия, инфинитивный оборот в функции сложного дополнения. Инфинитивный оборот в функции сложного подлежащего. Формы инфинитива. 2.Реферирование иноязычного текста: особенности реферирования иноязычного текста, виды рефератов и их назначение, требования, предъявляемые к реферату, сущность и методы компрессии материала первоисточника, структура и содержание реферата, технология (алгоритм) составления рефератов, языковое оформление реферата, речевые клише для написания рефератов. 3. Аннотирование иноязычного текста: назначение и виды аннотаций, структура, содержание и особенности аннотаций, технология (алгоритм) составления аннотаций, речевые клише для написания аннотаций. 4. Перевод текстов по специальности, в том числе академических текстов. Чтение, перевод и реферирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов).	2

	5. Текущий контроль №4. Лексический тест по теме «Лексика специальности» (лексический минимум)	
9	1. Грамматика: согласование времен, прямая и косвенная речь (повествовательное, вопросительное, повелительное предложение). Условные предложения. 2. Перевод аутентичного текста (по специальности) со словарем, краткий пересказ содержания текста. 3. **Текущий контроль №5. Практика перевода: перевод текстов общеспортивной тематики, перевод текстов по специальности «My specialization»**	2
9	1.**Контрольная работа** (внеаудиторная письменная работа по грамматическим темам семестра) 2. **Рубежный контроль кафедры** (тестирование). 3. Перевод текстов по специальности (с английского языка на русский и с русского языка на английский язык), в том числе академических текстов. Чтение, перевод и аннотирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов). 4. Консультация перед экзаменом.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Аитов, В. Ф. Английский язык (A1—B1+) : учебное пособие для вузов / В. Ф. Аитов, В. М. Аитова, С. В. Кади. — 13-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 234 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07022-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513764
2. Иванова, О. Ф. Английский язык. Пособие для самостоятельной работы студентов (B1-C1) : учебное пособие для вузов / О. Ф. Иванова, М. М. Шиловская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 357 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15771-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/517105
3. Куряева, Р. И. Английский язык. Лексико-грамматическое пособие в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для вузов / Р. И. Куряева. — 8-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 264 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07394-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/512736
4. Куряева, Р. И. Английский язык. Лексико-грамматическое пособие в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для вузов / Р. И. Куряева. — 8-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 254 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08706-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513178
5. Невзорова, Г. Д. Английский язык. Грамматика : учебное пособие для вузов / Г. Д. Невзорова, Г. И. Никитушкина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 213 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09359-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/490866

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Агабекян, И.П. Английский язык для бакалавров [Текст] : учебное пособие / И.П. Агабекян. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2017. - 379, [3] с. : ил.

2. Английский язык [Электронный ресурс] : учебное пособие : Ч. 2. / Московская государственная академия физической культуры ; сост.: Н.А. Шнайдер, Я.И. Глембоцкая, В.В. Алешина , Х.Р. Гулюгина, С.П. Канарский, Е.В. Пахомова, В.С. Спасова ; под ред. Н.А. Шнайдер, С.П. Канарского. - 2-е изд., испр. и доп. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2016. – 178 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Английский язык для физкультурных специальностей [Текст] = Englishforstudentsofphysicaleducation : учебник / Е.А. Баженова [и др.]; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - 6-е изд., стер. - Москва : Академия, 2013. - 344, [1] с.
4. Борисенко, Е.Г.Английский язык для физкультурных специальностей [Текст] : учебное пособие / Е.Г. Борисенко, О.А. Кравченко. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. - 408, [1] с.
5. Гуреев, В. А. Английский язык. Грамматика (B2) : учебник и практикум для вузов / В. А. Гуреев. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 294 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07464-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/516684
6. Закаталова, М.А. Английский язык: терминология спортивного фехтования в учебных текстах и упражнениях : учебное пособие / М.А. Закаталова, Ю.Н. Ершова; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2019. – 72 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Кузьменкова, Ю. Б. Английский язык + аудиозаписи : учебник и практикум для вузов / Ю. Б. Кузьменкова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 412 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15064-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/510704
8. Романова, С.В. Английский язык (Олимпийские виды спорта) [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.В. Романова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. – 277 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
9. Сергеева, Л.Е. Английский язык как второй иностранный язык [Электронный ресурс] : учебное пособие : [в 2 ч.]. Ч. 1 : Грамматика / Л.Е. Сергеева. - СПб. : [б. и.], 2019. – 247 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
10. Сергеева, Л.Е. Английский язык: лексика и грамматика в текстах футбольной направленности [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.Е. Сергеева; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб. : [б. и.], 2016. – 172 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
11. Симонова, К.Ю. English for Volunteers : практикум / К.Ю. Симонова, Ю.С. Елисеева; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2020. – 140 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
12. Симонова, К.Ю. English for sport science : учебное пособие с элементами рабочей тетради / К.Ю. Симонова, Ю.С. Елисеева; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2020. – 126 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
13. Спасова, В.С. Adapted physical education = Адаптивная физическая культура : учебно-методическое пособие / В.С. Спасова ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка, 2016. — 88 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. **ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»,** необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК»:

Читальный зал библиотеки (оснащен компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета).

Учебные аудитории №№ 79, 78, 71, 72, 73, 81, 82, 83, 55 (Корпус 2, наб. реки Мойки, д. 108)

Оборудование учебной аудитории:
- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя.

Методические средства обучения:
- грамматические таблицы;
- дидактические материалы;
- раздаточный материал;
- электронные материалы: учебные фильмы, презентации, учебные пособия;
- комплект учебно-наглядных пособий «Страноведение» (карты).

Технические средства обучения:
- ноутбук;
- видеопроектор (переносной);
- видеопроектор (стационарный) – ауд.55 (Корпус 2, наб. реки Мойки, д. 108);
- экраны (ауд.55,83) ((Корпус 2, наб. реки Мойки, д. 108);
- аудиоаппаратура (магнитофон).

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

Рабочая программа дисциплины (модуля)

История адаптивной физической культуры

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«31» августа 2022г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ Евсеев С.П.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022г., протокол № 01

Автор-разработчик:
ст. преп.каф. ТиМАФК Матвеева С.С.
ст. преп. каф. ТиМАФК Крюков И.Г.

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе во 2 семестре по очной форме обучения, на 1 курсе во 2 семестре по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***экзамен.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Межкультурное взаимодействие	УК-5 – Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах
Общепрофессиональные компетенции	
Воспитание	ОПК-6 – Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться

2.1. ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-5	**УК-5.1.** Знает: - основные социальные институты, обеспечивающие воспроизводство социальных отношений в сфере физической культуры, здравоохранения, социальной защиты; - особенности мотивации к участию в занятиях физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, уровня здоровья, профессии и социального статуса; - механизмы социализации личности в спорте и адаптивном спорте; - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека, в том числе, с инвалидностью, и общества, политические	Знает: - основные социальные институты, обеспечивающие воспроизводство социальных отношений в сфере физической культуры, здравоохранения, социальной защиты; - особенности мотивации к участию в занятиях физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, уровня здоровья, профессии и социального статуса; - механизмы социализации личности в спорте и адаптивном спорте; - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека, в том числе, с инвалидностью, и общества, политические концепции; - различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - периодизацию истории физической культуры, адаптивной физической культуры, социальную сущность,

	концепции; - различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - периодизацию истории физической культуры, адаптивной физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, адаптивной физической культуры.	структуру и функции физической культуры, адаптивной физической культуры.
	УК-5.2. Умеет: - анализировать социальные истоки и мотивацию к участию в занятиях физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта, вида адаптивного спорта и двигательной активности; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи;- раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности; - понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры и адаптивной физической	Умеет: - анализировать социальные истоки и мотивацию к участию в занятиях физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта, вида адаптивного спорта и двигательной активности; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи;- раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности; - понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры и адаптивной физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.

	культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта. **УК-5.3.** Имеет опыт: - анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов; - социологического анализа данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, оценки эффективности их деятельности, прогнозирования условий и направления ее развития в социально-культурном контексте; - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта, вида адаптивного спорта и физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.	Имеет опыт: - анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов; - социологического анализа данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, оценки эффективности их деятельности, прогнозирования условий и направления ее развития в социально-культурном контексте; использования интернет информационных ресурсов (электронная библиотека Университета https://www.megaprolib.net/MP0101/Web, электронный журнал АФК - https://afkonline.ru/, библиотеки диссертаций: https://diss.rsl.ru/, https://www.dissercat.com/, http://www.dslib.net/), - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта, вида адаптивного спорта и физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.
ОПК-6	**ОПК-6.1.** Знает: - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества. **ОПК-6.2.**	Знает: - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества.

	Умеет: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. **ОПК-6.3.** Имеет опыт: - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе, трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов.	Умеет: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. Имеет опыт: - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе, трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**70**		**70**						
В том числе:										
Занятия лекционного типа		30		30						
Занятия семинарского типа (практические занятия)		40		40						
Промежуточная аттестация (экзамен)		18		18						
Самостоятельная работа студента		20		20						
Общая трудоемкость	**часы**	**108**		108						
	зачетные единицы	**3**		3						

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**10**		**10**							
В том числе:											
Занятия лекционного типа		4		4							
Занятия семинарского типа (практические занятия)		6		6							
Промежуточная аттестация (экзамен)		9		9							
Самостоятельная работа студента		89		89							
В том числе:											
Контрольная работа		20		20							
Общая трудоемкость	**часы**	**108**		108							
	зачетные единицы	**3**		3							

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Роль, место и значение лечебной физической культуры в физкультурно-оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата	Роль и значение движений, физических упражнений как лечебного и гигиенического средства высоко ценилось еще нашими далекими предками. Во всех этих учреждениях, как за рубежом, так и в нашей стране, широко используется лечебная физическая культура, получившая признание как незаменимый помощник врача при лечении самых разнообразных заболеваний. Лечебная физическая культура является основой, базой первого этапа развития адаптивной физической культуры для инвалидов. Введение в практику лечебной физической культуры элементов спорта и соревновательных моментов послужило толчком к дальнейшему развитию этого направления, которое за рубежом получило название реабилитационного спорта, а в СССР – физическая культура и спорт инвалидов.	**УК-5.1.** Знает: - основные социальные институты, обеспечивающие воспроизводство социальных отношений в сфере физической культуры, здравоохранения, социальной защиты; - особенности мотивации к участию в занятиях физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, уровня здоровья, профессии и социального статуса; - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - периодизацию истории физической культуры, адаптивной физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, адаптивной физической культуры. **УК-5.2.** Умеет: - анализировать социальные истоки и мотивацию к участию в занятиях физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта, вида адаптивного спорта и двигательной активности; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно- следственные связи;- раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических

			процессов, явлений и событий; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта. **ОПК-6.1.** Знает: - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества.
2.	Развитие адаптивной физической культуры за рубежом и в нашей стране	1й этап лечебная физическая культура 1945–1947. Исторические сведения применения физических упражнений в лечебных целях. Создание после Второй мировой войны первого реабилитационного центра для инвалидов с ПОДА в Англии (Сток-Мэндвил). 2й этап. Реабилитационный спорт. 1948–1959. Возникновение реабилитационных центров для инвалидов 3й этап. Спорт инвалидов. 1960 – настоящее время. 1й этап. 1945–1979. Лечебная физическая культура с использованием элементов спорта. 2й этап.1980–1995. Развитие и становление физкультурно-оздоровительного и спортивного движения в стране, создание клубов, секций, центров. 3й этап. 1996 – настоящее время. Вступление в международное	**УК-5.1.** Знает: - основные социальные институты, обеспечивающие воспроизводство социальных отношений в сфере физической культуры, здравоохранения, социальной защиты; - особенности мотивации к участию в занятиях физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, уровня здоровья, профессии и социального статуса; - механизмы социализации личности в спорте и адаптивном спорте; - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека, в том числе, с инвалидностью, и общества, политические концепции; - различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - периодизацию истории физической культуры, адаптивной физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, адаптивной физической культуры. **УК-5.2.** Умеет: - анализировать социальные истоки и мотивацию к участию в занятиях физическими

		Паралимпийское движение. Развитие и совершенствование организационных, научно-методических, медицинских основа адаптационного спорта.	упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта, вида адаптивного спорта и двигательной активности; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно- следственные связи;- раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры и адаптивной физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта. **УК-5.3.** Имеет опыт: - анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов; - социологического анализа данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, оценки эффективности их деятельности, прогнозирования условий и направления ее развития в социально-культурном контексте; - организации участия

			обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера. **ОПК-6.3.** Имеет опыт: - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе, трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов.
3.	Паралимпийское движение в мировой практике и в нашей стране	Спорт инвалидов. 28 июля 1948 г. состоялись первые спортивные соревнования среди инвалидов с параплегией – Сток-Мэндвильские игры. По решению Сток-Мэндвильского комитета раз в четыре года планируется проведение Олимпийских игр для инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата в тех же странах, где проходят Олимпийские игры здоровых людей. Это предложение было поддержано Международным олимпийским комитетом, и в 1960 г. в Риме состоялись первые Олимпийские игры инвалидов, получившие впоследствии название «паралимпийских». В 1980 г. создается первая в СССР Федерация спорта инвалидов при Горспорткомитете Ленинграда 1 августа 1981 г. состоялись Первые ленинградские спортивные игры инвалидов с поражением	**УК-5.1.** Знает: - основные социальные институты, обеспечивающие воспроизводство социальных отношений в сфере физической культуры, здравоохранения, социальной защиты; - особенности мотивации к участию в занятиях физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, уровня здоровья, профессии и социального статуса; - механизмы социализации личности в спорте и адаптивном спорте; - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека, в том числе, с инвалидностью, и общества, политические концепции; - различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - периодизацию истории физической культуры, адаптивной физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, адаптивной физической культуры. **УК-5.2.** Умеет: - анализировать социальные истоки и мотивацию к участию в занятиях физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора

		опорно-двигательного аппарата 1996 г. - новый, качественно отличающийся от предыдущего период – развитие, становление и утверждение адаптивной физической культуры Наши спортсмены принимают участие в Паралимпийских играх в Сиднее.	вида спорта, вида адаптивного спорта и двигательной активности; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно- следственные связи;- раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности; - понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры и адаптивной физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта. **УК-5.3.** Имеет опыт: - анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов; - социологического анализа данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, оценки эффективности их деятельности, прогнозирования

			условий и направления ее развития в социально-культурном контексте; - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта, вида адаптивного спорта и физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.
4.	Становление и развитие адаптивной физической культуры среди лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата	Лечебная физическая культура является связующим звеном при переходе инвалидов с ПОДА к занятиям реабилитационным спортом, эти понятия нельзя противопоставлять друг другу Профессор Гутман считает главным научить человека пользоваться коляской и основным средством считает физические упражнения, связанные с креслом-коляской; профессор Йоххайм, наоборот, считает важным «извлечь» человека из коляски К этому времени в работе с инвалидами с поражением опорно-двигательного аппарата используется 15 видов спорта, среди которых плавание занимает ведущее место. А шведские ученые разрабатывают требования и стандарты к спортивным сооружениям, предназначенным для занятий с инвалидами В 1960 г. прошли первые Олимпийские игры для инвалидов с поражением органов опоры и движения, что послужило основанием для	**УК-5.1.** Знает: - особенности мотивации к участию в занятиях физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, уровня здоровья, профессии и социального статуса; - механизмы социализации личности в спорте и адаптивном спорте; - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека, в том числе, с инвалидностью, и общества, политические концепции; - периодизацию истории физической культуры, адаптивной физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, адаптивной физической культуры. **УК-5.2.** Умеет: - анализировать социальные истоки и мотивацию к участию в занятиях физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта, вида адаптивного спорта и двигательной активности; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно- следственные связи;- раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и

		возникновения– спорта инвалидов.	аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры и адаптивной физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта. **УК-5.3.** Имеет опыт: - анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов; - социологического анализа данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, оценки эффективности их деятельности, прогнозирования условий и направления ее развития в социально-культурном контексте; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера. **ОПК-6.2.** Умеет: - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни.
5.	История адаптивного спорта для лиц с поражением слуха	1914 г. в Москве были организованы спортивные секции для глухих по футболу, лыжам, конькам. Тогда же глухие спортсмены впервые	**УК-5.1.** Знает: - основные социальные институты, обеспечивающие воспроизводство социальных отношений в сфере физической культуры, здравоохранения,

		приняли участие в календарных соревнованиях, которые проводила Московская футбольная лига. Организационная и практическая работа в спортивных клубах глухих. Вклад в развитие физкультурно-оздоровительного и спортивного движения глухих вносит Лечебно-восстановительный центр в Павловске (Санкт-Петербург)	социальной защиты; - особенности мотивации к участию в занятиях физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, уровня здоровья, профессии и социального статуса; - механизмы социализации личности в спорте и адаптивном спорте; - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека, в том числе, с инвалидностью, и общества, политические концепции; - периодизацию истории физической культуры, адаптивной физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, адаптивной физической культуры. **УК-5.2.** Умеет: - анализировать социальные истоки и мотивацию к участию в занятиях физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта, вида адаптивного спорта и двигательной активности; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно- следственные связи;- раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры и адаптивной физической культуры,

			национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта. **УК-5.3.** Имеет опыт: - анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов; - социологического анализа данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, оценки эффективности их деятельности, прогнозирования условий и направления ее развития в социально-культурном контексте; - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта, вида адаптивного спорта и физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья. **ОПК-6.2.** Умеет: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни.
6.	История адаптивного физического	В передовых странах Европы открываются школы для слепых: в	**УК-5.1.** Знает: - особенности мотивации к участию в занятиях физическими

	воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением зрения	Париже (1784), Вене (1804), Дрездене (1804) и других городах Известные зарубежные тифлопедагоги первой половины XIX века, такие как В. Гаюи, Л. Брайль, И. Клейн, А. Цейн, К. Григори и Самуил Гоу, высказывали ряд интересных мыслей, идей, положивших начало активному использованию физических упражнений в жизни слепых В мировом спортивном движении спортсменыслепые начинают участвовать только с 1976 г. в Торонто (Канада), а в Паралимпийском национальная сборная СССР – с 1988 г. в Сеуле (Корея) С 1958 г. национальная сборная СССР принимает участие в чемпионатах Европы и мира	упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, уровня здоровья, профессии и социального статуса; - механизмы социализации личности в спорте и адаптивном спорте; - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека, в том числе, с инвалидностью, и общества, политические концепции; - различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - периодизацию истории физической культуры, адаптивной физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, адаптивной физической культуры. **УК-5.2.** Умеет: - анализировать социальные истоки и мотивацию к участию в занятиях физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта, вида адаптивного спорта и двигательной активности; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно- следственные связи;- раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры и адаптивной физической культуры,

			национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта. **УК-5.3.** Имеет опыт: - анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов; - социологического анализа данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, оценки эффективности их деятельности, прогнозирования условий и направления ее развития в социально-культурном контексте; - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта, вида адаптивного спорта и физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера. **ОПК-6.2.** Умеет: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях.
7.	История адаптивного физического воспитания и	Впервые исторический экскурс в становление адаптивного физического воспитания лиц с	**УК-5.1.** Знает: - основные социальные институты, обеспечивающие воспроизводство социальных

	адаптивного спорта для лиц с поражением интеллекта	отклонениями в интеллектуальном развитии был предметом исследования А.С. Самыличева, О.В. Яшина (2001) В 1921 г. на Всероссийской конференции по борьбе с детской дефективностью в числе вопросов, обсуждавшихся на ней, уже были вопросы, посвященные физическому воспитанию таких детей 1960 г., когда продолжительность обучения во вспомогательной школе была увеличена до 8 лет, в учебный план таких школ введены уроки физического воспитания.	отношений в сфере физической культуры, здравоохранения, социальной защиты; - особенности мотивации к участию в занятиях физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, уровня здоровья, профессии и социального статуса; - механизмы социализации личности в спорте и адаптивном спорте; - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека, в том числе, с инвалидностью, и общества, политические концепции. **УК-5.2.** Умеет: - анализировать социальные истоки и мотивацию к участию в занятиях физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта, вида адаптивного спорта и двигательной активности; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно- следственные связи;- раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры и адаптивной физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических

			явлений в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта. **УК-5.3.** Имеет опыт: - анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов; - социологического анализа данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, оценки эффективности их деятельности, прогнозирования условий и направления ее развития в социально-культурном контексте; - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта, вида адаптивного спорта и физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера. **ОПК-6.2.** Умеет: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни.
8.	История развития направления подготовки специалистов по адаптивной физической	Курсы по работе с детьми, имеющими нарушения в развитии, проводились по инициативе П.Ф. Лесгафта в Санкт-Петербурге еще в начале 20 века.	**УК-5.1.** Знает: - основные социальные институты, обеспечивающие воспроизводство социальных отношений в сфере физической культуры, здравоохранения, социальной защиты; -

	культуре в Российской Федерации	И только в 1995 году по инициативе профессора Евсеева С.П. была создана первая в нашей стране кафедра «Теория и методика адаптивной физической культуры» в Национальном государственном Университете физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта (тогда академии) по подготовке специалистов для работы с инвалидами. И в этом же году в нашей стране появился термин «Адаптивная физическая культура».	закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека, в том числе, с инвалидностью, и общества, политические концепции. **УК-5.2.** Умеет: - анализировать социальные истоки и мотивацию к участию в занятиях физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта, вида адаптивного спорта и двигательной активности; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности; - понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры и адаптивной физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества. **ОПК-6.1.** Знает: - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества. **ОПК-6.3.** Имеет опыт: - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта.

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция № 1.** **Роль, место и значение лечебной физической культуры в физкультурно-оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата** *Краткое содержание:* Роль и значение движений, физических упражнений как лечебного и гигиенического средства высоко ценилось еще нашими далекими предками Во всех этих учреждениях, как за рубежом, так и в нашей стране, широко используется лечебная физическая культура, получившая признание как незаменимый помощник врача при лечении самых разнообразных заболеваний Лечебная физическая культура является основой, базой первого этапа развития адаптивной физической культуры для инвалидов. Введение в практику лечебной физической культуры элементов спорта и соревновательных моментов послужило толчком к дальнейшему развитию этого направления, которое за рубежом получило название реабилитационного спорта, а в СССР – физическая культура и спорт инвалидов	4
2.	**Лекция № 2.** **Развитие адаптивной физической культуры за рубежом и в нашей стране** *Краткое содержание:* 1й этап лечебная физическая культура 1945–1947 Исторические сведения применения физических упражнений в лечебных целях. Создание после Второй мировой войны первого реабилитационного центра для инвалидов с ПОДА в Англии (Сток-Мэндвил) 2й этап. Реабилитационный спорт 1948–1959 Возникновение реабилитационных центров для инвалидов 3й этап Спорт инвалидов 1960 – настоящее время 1й этап1945–1979 Лечебная физическая культура с использованием элементов спорта 2й этап.1980–1995Развитие и становление физкультурно-оздоровительного и спортивного движения в стране, создание клубов, секций, центров. 3й этап1996 – настоящее время. Вступление в международное Паралимпийское движение. Развитие и совершенствование организационных, научно-методических, медицинских основа адаптационного спорта. Использование онлайн информационных ресурсов для поиска материала (электронная библиотека Университета - https://www.megaprolib.net/MP0101/Web,электронный журнал АФК	4

	- https://afkonline.ru/, библиотеки диссертаций: https://diss.rsl.ru/, https://www.dissercat.com/, http://www.dslib.net/).	
3.	**Лекция № 3.** **Паралимпийское движение в мировой практике и в нашей стране** *Краткое содержание:* Спорт инвалидов. 28 июля 1948 г. состоялись первые спортивные соревнования среди инвалидов с параплегией –Сток-Мэндвильские игры. По решению Сток-Мэндвильского комитета раз в четыре года планируется проведение Олимпийских игр для инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата в тех же странах, где проходят Олимпийские игры здоровых людей. Это предложение было поддержано Международным олимпийским комитетом, и в 1960 г. в Риме состоялись первые Олимпийские игры инвалидов, получившие впоследствии название «паралимпийских». В 1980 г. создается первая в СССР Федерация спорта инвалидов при Горспорткомитете Ленинграда 1 августа 1981 г. состоялись Первые ленинградские спортивные игры инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата 1996 г - новый, качественно отличающийся от предыдущего период – развитие, становление и утверждение адаптивной физической культуры Наши спортсмены принимают участие в Паралимпийских играх в Сиднее Использование интернет информационных ресурсов (официальные сайты и информационные онлайн ресурсы: https://www.olympic-champions.ru/paralympic/, https://paralymp.ru, https://deaflymp.ru/, https://sok.spb.ru/, https://specialolympics.ru/).	4
4.	**Лекция № 4.** **Становление и развитие адаптивной физической культуры среди лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата** *Краткое содержание:* Лечебная физическая культура является связующим звеном при переходе инвалидов с ПОДА к занятиям реабилитационным спортом, эти понятия нельзя противопоставлять друг другу Профессор Гутман считает главным научить человека пользоваться коляской и основным средством считает физические упражнения, связанные с креслом-коляской; профессор Йоххайм, наоборот, считает важным «извлечь» человека из коляски К этому времени в работе с инвалидами с поражением опорно-двигательного аппарата используется 15 видов спорта, среди которых плавание занимает ведущее место. А шведские ученые разрабатывают требования и стандарты к спортивным сооружениям, предназначенным для занятий с инвалидами В 1960 г. прошли первые Олимпийские игры для инвалидов с поражением органов опоры и движения, что послужило основанием для возникновения– спорта инвалидов	4
5.	**Лекция № 5.** **История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением слуха**	4

	Краткое содержание: 1914 г. в Москве были организованы спортивные секции для глухих по футболу, лыжам, конькам. Тогда же глухие спортсмены впервые приняли участие в календарных соревнованиях, которые проводила Московская футбольная лига. Организационная и практическая работа в спортивных клубах глухих. Вклад в развитие физкультурно-оздоровительного и спортивного движения глухих вносит Лечебно-восстановительный центр в Павловске (Санкт-Петербург)	
6.	**Лекция № 6.** **История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением зрения** *Краткое содержание:* В передовых странах Европы открываются школы для слепых: в Париже (1784), Вене (1804), Дрездене (1804) и других городах Известные зарубежные тифлопедагоги первой половины XIX века, такие как В. Гаюи, Л. Брайль, И. Клейн, А. Цейн, К. Григори и Самуил Гоу, высказывали ряд интересных мыслей, идей, положивших начало активному использованию физических упражнений в жизни слепых В мировом спортивном движении спортсмены слепые начинают участвовать только с 1976 г. в Торонто (Канада), а в Паралимпийском национальная сборная СССР – с 1988 г. в Сеуле (Корея) С 1958 г. национальная сборная СССР принимает участие в чемпионатах Европы и мира	4
7.	**Лекция № 7.** **История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением интеллекта** *Краткое содержание:* Впервые исторический экскурс в становление адаптивного физического воспитания лиц с отклонениями в интеллектуальном развитии был предметом исследования А.С. Самыличева, О.В. Яшина (2001) В 1921 г. на Всероссийской конференции по борьбе с детской дефективностью в числе вопросов, обсуждавшихся на ней, уже были вопросы, посвященные физическому воспитанию таких детей 1960 г., когда продолжительность обучения во вспомогательной школе была увеличена до 8 лет, в учебный план таких школ введены уроки физического воспитания.	4
8.	**Лекция № 8.** **История развития направления подготовки специалистов по адаптивной физической культуре в Российской Федерации** *Краткое содержание:* Курсы по работе с детьми, имеющими нарушения в развитии, проводились по инициативе П.Ф. Лесгафта в Санкт-Петербурге еще в начале 20 века. И только в 1995 году по инициативе профессора Евсеева С.П. была создана первая в нашей стране кафедра «Теория и методика адаптивной физической культуры» в Национальном государственном Университете физической культуры, спорта и	2

	здоровья им. П.Ф. Лесгафта (тогда академии) по подготовке специалистов для работы с инвалидами. И в этом же году в нашей стране появился термин «Адаптивная физическая культура».	

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Практическое занятие № 1.** **Роль, место и значение лечебной физической культуры в физкультурно-оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата** *Вопросы для обсуждения:* 1. Роль физических упражнений как лечебного и гигиенического средства. 2. Применение физических упражнений как средства мотивации инвалидов к занятиям адаптивной физической культурой.	2
1.	**Практическое занятие № 2.** **Роль, место и значение лечебной физической культуры в физкультурно-оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата** *Вопросы для обсуждения:* 1. Причины возникновения тенденции к применению физических упражнений спортивной направленности в процессе проведения лечебно-восстановительных мероприятий для инвалидов.	2
2.	**Практическое занятие № 3.** **Развитие адаптивной физической культуры за рубежом** *Вопросы для обсуждения:* 1. Характеристика первого этапа развития адаптивной физической культуры за рубежом. 2. Характеристика второго этапа развития адаптивной физической культуры за рубежом.	2
2.	**Практическое занятие № 4.** **Развитие адаптивной физической культуры за рубежом** *Вопросы для обсуждения:* 1. Характеристика третьего этапа развития адаптивной физической культуры за рубежом.	2
2.	**Практическое занятие № 5.** **Развитие адаптивной физической культуры в нашей стране** *Вопросы для обсуждения:* 1. Характеристика первого этапа развития адаптивной физической культуры в СССР. 2. Характеристика второго этапа развития адаптивной физической культуры в России.	2
2.	**Практическое занятие № 6.** **Развитие адаптивной физической культуры в нашей стране** *Вопросы для обсуждения:* 1. Характеристика третьего этапа развития адаптивной физической культуры в России. Использование интернет информационных ресурсов (официальные сайты и информационные онлайн ресурсы:	2

	https://paralymp.ru, https://deaflymp.ru/, https://sok.spb.ru/, https://specialolympics.ru/).	
3.	**Практическое занятие № 7.** **Паралимпийское движение в мировой практике и в нашей стране** *Вопросы для обсуждения:* 1. Предпосылки становления Паралимпийских зимних игр 2. История развития Паралимпийских зимних игр за рубежом 3. Участие зарубежных стран в Паралимпийских зимних играх в Сочи (2014 г.). Использование интернет информационных ресурсов (официальные сайты и информационные онлайн ресурсы: https://paralymp.ru).	2
3.	**Практическое занятие № 8.** **Паралимпийское движение в мировой практике и в нашей стране** *Вопросы для обсуждения:* 1. Предпосылки становления Паралимпийских летних игр 2. История развития Паралимпийских летних игр за рубежом 3. Участие зарубежных стран в Паралимпийских летних играх в Лондоне (2012 г.). Использование интернет информационных ресурсов (официальные сайты и информационные онлайн ресурсы: https://paralymp.ru).	2
3.	**Практическое занятие № 9.** **Паралимпийское движение в мировой практике и в нашей стране** *Вопросы для обсуждения:* 1. Организации, развивающие паралимпийское движение и виды адаптивного спорта: структура, миссия, руководство.	2
4.	**Практическое занятие № 10.** **Становление и развитие адаптивной физической культуры среди лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата** *Вопросы для обсуждения:* 1. Предпосылки становления адаптивного спорта. Исторический аспект. 2. Предпосылки становления адаптивного спорта. Культурологический и социальный аспект.	2
4.	**Практическое занятие № 11.** **Становление и развитие адаптивной физической культуры среди лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата** *Вопросы для обсуждения:* 1. Характеристика основных этапов в контексте исторических событий 20 века в мире. 2. Влияние национальных традиций на развитие адаптивного спорта в странах мира.	2
4.	**Практическое занятие № 12.** **Становление и развитие адаптивной физической культуры среди лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата** *Вопросы для обсуждения:* 1. Характеристика основных этапов в контексте исторических событий 20 века в СССР и в России.	2

	2. Влияние национальных традиций на развитие адаптивного спорта в России.	
5.	**Практическое занятие № 13.** **История адаптивного спорта для лиц с поражением слуха** *Вопросы для обсуждения:* 1. Предпосылки становления Всемирных игр глухих. 2. Выдающиеся деятели - учредители Всемирных игр глухих. 3.Виды спорта, входящие в программу Всемирных игр глухих.	2
5.	**Практическое занятие № 14.** **История адаптивного спорта для лиц с поражением слуха** *Вопросы для обсуждения:* 1. Предпосылки становления Всемирных игр глухих. 2. Выдающиеся деятели - учредители Всемирных игр глухих. 3.Виды спорта, входящие в программу Всемирных игр глухих.	2
6.	**Практическое занятие № 15.** **История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением зрения** *Вопросы для обсуждения:* 1. Этапы становления АФК для лиц с нарушением зрения 2. Основные факторы, влияющие на развитие АФВ и адаптивного спорта для лиц с нарушением зрения.	2
6.	**Практическое занятие № 16.** **История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением зрения** *Вопросы для обсуждения:* 1. Включение видов спорта для лиц с нарушением зрения в программу Паралимпийских игр.	2
7.	**Практическое занятие № 17.** **История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением интеллекта** *Вопросы для обсуждения:* 1. Этапы становления адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением интеллектав за рубежом. 2. Основные детерминанты развития АФВ и адаптивного спорта в мире. 3. Культурное наследие стран Европы, Америки и Азии как фактор развития АФВ и адаптивного спорта.	2
7.	**Практическое занятие № 18.** **История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением интеллекта** *Вопросы для обсуждения:* 1. Этапы становления адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением интеллекта в России. 2. Основные детерминанты развития АФВ и адаптивного спорта в России. 3. Культурное наследие России как фактор развития АФВ и адаптивного спорта.	2
8.	**Практическое занятие № 19.** **История развития направления подготовки специалистов по адаптивной физической культуре в Российской Федерации** *Вопросы для обсуждения:*	2

	1. Начало подготовки специалистов по работе с детьми с нарушениями в развитии в Российской Федерации.	
8.	**Практическое занятие № 20.** **История развития направления подготовки специалистов по адаптивной физической культуре в Российской Федерации** *Вопросы для обсуждения:* 1. Современное состояние подготовки специалистов по адаптивной физической культуре в Российской Федерации (направления подготовки, выдающиеся специалисты).	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
2.	**Лекция № 1.** **Развитие адаптивной физической культуры за рубежом и в нашей стране** *Краткое содержание:* 1й этап лечебная физическая культура 1945–1947 Исторические сведения применения физических упражнений в лечебных целях. Создание после Второй мировой войны первого реабилитационного центра для инвалидов с ПОДА в Англии (Сток-Мэндвил) 2й этап. Реабилитационный спорт 1948–1959 Возникновение реабилитационных центров для инвалидов 3й этап Спорт инвалидов 1960 – настоящее время 1й этап1945–1979 Лечебная физическая культура с использованием элементов спорта 2й этап.1980–1995Развитие и становление физкультурно-оздоровительного и спортивного движения в стране, создание клубов, секций, центров. 3й этап1996 – настоящее время. Вступление в международное Паралимпийское движение. Развитие и совершенствование организационных, научно-методических, медицинских основа адаптационного спорта	2
3.	**Лекция № 2.** **Паралимпийское движение в мировой практике и в нашей стране** *Краткое содержание:* Спорт инвалидов. 28 июля 1948 г. состоялись первые спортивные соревнования среди инвалидов с параплегией –Сток-Мэндвильские игры. По решению Сток-Мэндвильского комитета раз в четыре года планируется проведение Олимпийских игр для инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата в тех же странах, где проходят Олимпийские игры здоровых людей. Это предложение было поддержано Международным олимпийским комитетом, и в 1960 г. в Риме состоялись первые Олимпийские игры инвалидов, получившие впоследствии название «паралимпийских». В 1980 г. создается первая в СССР Федерация спорта инвалидов при Горспорткомитете Ленинграда	2

	1 августа 1981 г. состоялись Первые ленинградские спортивные игры инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата 1996 г - новый, качественно отличающийся от предыдущего период – развитие, становление и утверждение адаптивной физической культуры Наши спортсмены принимают участие в Паралимпийских играх в Сиднее Использование интернет информационных ресурсов (официальные сайты и информационные онлайн ресурсы: https://paralymp.ru, https://deaflymp.ru/, https://sok.spb.ru/, https://specialolympics.ru/).	

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
4.	**Практическое занятие № 1.** **Становление и развитие адаптивной физической культуры среди лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата** *Вопросы для обсуждения:* 1. Предпосылки становления адаптивного спорта. Исторический аспект. 2. Характеристика основных этапов в контексте исторических событий 20 века в мире. 3. Влияние национальных традиций на развитие адаптивного спорта в странах мира. Использование программного обеспечения для построения модели становления направления «адаптивная физическая культура» (Simple mind – mind mapper).	2
6.	**Практическое занятие № 2.** **История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением зрения** *Вопросы для обсуждения:* 1. Этапы становления АФК для лиц с нарушением зрения 2. Включение видов спорта для лиц с нарушением зрения в программу Паралимпийских игр.	2
7.	**Практическое занятие № 3.** **История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением интеллекта** *Вопросы для обсуждения:* 1. Этапы становления адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением интеллектав России и за рубежом. 2. Основные детерминанты развития АФВ и адаптивного спорта в мире и в нашей стране. 3. Культурное наследие стран Европы, Америки и Азии как фактор развития АФВ и адаптивного спорта. 4. Культурное наследие России как фактор развития АФВ и адаптивного спорта.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07190-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/515062
2. Минникаева, Н.В. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебное пособие / Н.В. Минникаева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. - 142 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1669-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278495
3. Олимпийское образование в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры : учебное пособие для вузов / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова ; под общей редакцией Г. Н. Германова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 531 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11112-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/517839
4. Рубцова, Н. О. Теоретико-методические основы адаптивного физического воспитания : учебное пособие для вузов / Н. О. Рубцова, А. В. Рубцов. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 124 с. — ISBN 978-5-8114-7057-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/154395.— Режим доступа: для авториз. пользователей.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Адаптивный спорт. Настольная книга тренера : учебник / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, А.Г. Абалян [и др.]. — Москва : ПРИНТЛЕТО, 2021. — 599 с. : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. Брискин, Ю.А. Адаптивный спорт [Текст] / Ю.А. Брискин, С.П. Евсеев, А.В. Передерий. - М. : Советский спорт, 2010. - 315 с. : ил.
3. Вайнер, Э.Н. Краткий энциклопедический словарь: адаптивная физическая культура : учебное пособие / Э.Н. Вайнер, С.А. Кастюнин. - 3-е изд., стер. - Москва : Издательство «Флинта», 2018. - 145 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-89349-557-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=79336
4. Горелик, В. В. История адаптивной физической культуры : учебное пособие / В. В. Горелик, В. А. Рева. — Тольятти : ТГУ, 2012. — 111 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/139643 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Рубцов, А.В. Адаптивный спорт [Текст] : учебное пособие / А.В. Рубцов. - Москва : Колос-с, 2018. - 176, [2] с.
6. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник : в 2 т. Т.1 : Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры / под ред. С. П. Евсеева. — Москва : Советский спорт, 2010. — 291 с.
7. Томилин, К. Г. История физической культуры : учебное пособие / К. Г. Томилин ; Сочинский государственный университет, Кафедра физической культуры и спорта.

– Сочи : Сочинский государственный университет, 2019. – 156 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=618380

8. Физическая культура и спорт с элементами адаптивной физической культуры : учебное пособие / Р. Р. Магомедов, Н. О. Щупленков, О. А. Щупленков [и др.] ; под редакцией Р. Р. Магомедова. — Ставрополь : СГПИ, 2017. — 476 с. — ISBN 978-5-906954-75-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/117747.— Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №10 (1 этаж, нежилое помещение №8)– Специализированная мебель: Учебный стол-40 шт.; стул-81 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., Проектор Acer X138WH-1шт., Экран DINON Manual 220x220 MW настенный, Ноутбук Acer-1шт

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - № лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) № лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор № К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия № 348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №12 (1 этаж, нежилое помещение №11)– Специализированная мебель: Стул с пюпитром-32шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - № лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) № лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор № К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия № 348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Помещение для проведения практических занятий - Зал АФК (1этаж, нежилое помещение №15)- Зеркало-23,4 м.кв., инвалидная коляска "Динамика-М"-2шт., мяч волейбольный Mikasa MVA 200-2шт., набор для игры Бочча "NoName"-1шт., набор для Паралимпийского бочча (мячи)-1 шт., складной массажный стол "Перфект-190", 190x70x70-6 шт.

1. Мультимедийное сопровождение лекций.

2. Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

3. Оборудование аудитории для мультимедийного сопровождения занятий.

4. Аудио-видеоаппаратура.

5. Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляется адаптированная рабочая программа дисциплины с учетом потребностей нозологических групп. Для освоения дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья обеспечены следующие **специальные условия**:

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья ***по зрению:***

- Предоставляется альтернативная версия официального сайта в сети «Интернет» для слабовидящих. www.lesgaft.spb.ru.

- В доступных для обучающихся ***(слепых и слабовидящих***), местах и в адаптированной форме размещается информация.

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья ***по слуху***:

- Предоставляется мультимедийное сопровождение учебной дисциплины в виде презентаций с использованием программы POWER POINT и других.

- По обращению студентов предоставляются услуги переводчика жестового языка.

- При изучении дисциплины предоставляется возможность пользоваться в аудитории слуховыми аппаратами.

-Для студентов с ограниченными возможностями здоровья, имеющих ***нарушения опорно-двигательного аппарата:***

- Обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения, в котором преподается дисциплина.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра теории и методики адаптивного спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022г., протокол № 1

Зав. кафедрой: _____ Аксенов А. В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Старший преподаватель кафедры ТиМАС
Белодедова А.А.

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме и заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***экзамен.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Воспитание	ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться.
Обеспечение безопасности	ОПК -14. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться.	Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и	Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели

	приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; -санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус».	физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; - санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус».
ОПК -14. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ОПК-14.1. Знает: - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержание; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных	ОПК-14.1. Знает: - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержание; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); - санитарно-гигиенические

	заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке,	требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и

	спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВАС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВАС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВАС.	причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВАС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВАС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВАС.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		28		28						
В том числе:										
Занятия лекционного типа		2		2						
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		26		26						
Промежуточная аттестация (экзамен)		18		18						
Самостоятельная работа студента		62		62						
Общая трудоемкость	**часы**	**108**		**108**						
	зачетные единицы	**3**		**3**						

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		10		10							
В том числе:											
Занятия лекционного типа		4		4							
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		6		6							
Промежуточная аттестация (экзамен)		9		9							
Самостоятельная работа студента		89		89							
В том числе:											
Выполнение контрольной работы		10		10							
Общая трудоемкость	**часы**	**108**		**108**							
	зачетные единицы	**3**		**3**							

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Гигиена как наука. Гигиена физической культуры и спорта.	История развития гигиены как науки. Определение, цели, задачи, методы гигиены. Законодательство Российской Федерации в области обеспечения санитарно-эпидимиологического благополучия населения. Гигиена физической культуры и спорта: история, цели, задачи.	Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержание;
2.	Факторы окружающей среды и организм человека. Гигиенические требования к жилым и общественным зданиям и сооружениям.	Влияние окружающей среды на здоровье и деятельность человека (гигиена воды, гигиена воздуха, гигиена почвы). Гигиенические основы рациональной организации жилья, зданий и территории, в том числе предназначенных для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и маломобильных групп населения. Гигиенические основы принятия архитектурных решений, оборудования, площадей, состава помещений в физкультурно-спортивных сооружениях для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	- приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий;

3.	Основы личной гигиены.	Гигиена тела, гигиена питания, гигиена одежды и обуви, гигиена сна, режим дня, санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта, в том числе для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и маломобильных групп населения. Здоровый образ жизни.	Знает: - составляющие здорового образа жизни и факторы, их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус». - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах;
4.	Гигиенические основы на занятиях по физической культуре, адаптивной физической культуре и спорту.	Соблюдение гигиенических основ, профилактика травматизма на занятиях на занятиях по физической культуре, адаптивной физической культуре и спорту. Санитарно-гигиенические требования к занятиям базовыми видами двигательной деятельности. Гигиенические основы физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях различного профиля.	Знает: -санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и

			спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - способы (варианты) рационального размещения

			занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВАС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВАС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВАС.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. **Гигиена как наука.** 1)История развития гигиены как науки. 2)Определение, цели, задачи, методы гигиены. Законы гигиены. 3)Понятие об окружающей среде и ее составляющие. 4)Гигиена физической культуры и спорта: история, цели, задачи. 5)Основоположники гигиены физической культуры и спорта. 6)Вклад российских ученых в развитие гигиены как науки. 7)Законодательство Российской Федерации в области обеспечения санитарно-эпидимиологического благополучия населения.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Семинар № 1 **Предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены.** *Вопросы для обсуждения:* 1)Гигиена как отрасль медицинской науки. 2) Определение, цели, задачи, методы гигиены. 3)Сравнительный анализ смежных наук: медицины, гигиены и валеологии. 4) Профильные гигиенические дисциплины и их значение. 5) Законодательство Российской Федерации в области обеспечения санитарно-эпидимиологического благополучия населения	2

	(Федеральный Закон «О санитарно-эпидимиологическом благополучии населения», СанПиНы, ГОСТы, СНиП. Государственный санитарно-эпидимиологический надзор)	
2.	Семинар № 2 **Влияние окружающей среды на здоровье и деятельность человека. Факторы, ухудшающие состояние здоровья человека.** *Вопросы для обсуждения:* 1) Влияние окружающей среды на здоровье и деятельность человека (гигиена воды, гигиена воздуха, гигиена почвы). 2) Приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором. 3) Влияние факторов внешней среды на здоровье человека. 4)Факторы риска, способствующие ухудшению здоровья человека. 5)Рекомендации по профилактике воздействия факторов окружающей среды, ухудшающих состояние здоровья человека.	2
2.	Семинар № 3 **Гигиенические основы рациональной организации жилья, зданий, территории и спортивных объектов для населения (в т.ч. для лиц с отклонениями в состоянии здоровья)** *Вопросы для обсуждения:* 1) Гигиенические основы рациональной организации жилья, зданий и территории, в том числе предназначенных для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и маломобильных групп населения. 2) Основы гигиены спортивных сооружений (гигиенические требования к крытым спортивным сооружениям, гигиенические требования к открытым спортивным сооружениям, гигиенические основы принятия архитектурных решений, оборудования, площадей, состава помещений в физкультурно-спортивных сооружениях, в том числе для лиц с отклонениями в состоянии здоровья) 3) Рекомендации по проектированию окружающей среды, зданий и сооружений с учетом потребностей инвалидов и маломобильных групп населения;	2
3.	Семинар № 4 **Основы личной гигиены.** *Вопросы для обсуждения:* 1)Значение личной гигиены для здоровья населения, санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта, в том числе для лиц, занимающихся спортом; 2)Компоненты личной гигиены (гигиена тела, гигиена питания, гигиена одежды и обуви, гигиена сна, режим дня и т.д.); 3)Соблюдение норм и правил личной гигиены.	2
3.	Семинар № 5 **Гигиена питания.** *Вопросы для обсуждения:* 1)Виды питания; 2)Принципы рационального питания; 3)Организация питания спортсменов: индивидуальная и в	2

	спортивных коллективах.	
3.	Семинар № 6 **Личная гигиена лиц с отклонениями в состоянии здоровья.** *Вопросы для обсуждения:* Особенности личной гигиены лис с отклонениями в состоянии здоровья (гигиена тела, гигиена питания, гигиена одежды и обуви, гигиена сна, режим дня, санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта)	2
3.	Семинар № 7 **Здоровый образ жизни.** *Вопросы для обсуждения:* 1)Особенности формирования здорового образа жизни у различных групп населения; 2)Методы исследования особенностей образа жизни человека; 3) Механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации к здоровому образу жизни. 4) Значение средств ФК и С в формировании здорового образа жизни.	2
4.	Семинар № 8 **Гигиеническое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности.** *Вопросы для обсуждения:* 1)Проблемы двигательной активности в современном мире. Гиподинамия. 2)Роль массовой оздоровительной физической культуры для здоровья населения. 3)Оптимальный режим занятий физической культурой и спортом и суточная двигательная активность	2
4.	Семинар № 9 **Гигиенические основы физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях различного профиля.** *Вопросы для обсуждения:* 1) Закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; 2) Гигиенические особенности учебно-воспитательного процесса (гигиенические основы в дошкольных учреждениях, гигиенические основы в общеобразовательных школах, гигиенические основы в средних и высших учебных заведениях)	2
4.	Семинар № 10 **Соблюдение гигиенических основ, профилактика травматизма на занятиях на занятиях по физической культуре, адаптивной физической культуре и спорту.** *Вопросы для обсуждения:* 1) Факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; 2)Гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп. 3)Санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;	2

	4)Факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; 5)Приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;	
4.	Семинар № 11 **Гигиенические средства восстановления спортивной работоспособности.** *Вопросы для обсуждения:* 1)Педагогические свойства восстановления; 2)Медико-биологические средства восстановления; 3)Психологические средства восстановления. 4)Значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности.	2
4.	Семинар № 12 **Гигиенические особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре с лицами различных нозологических групп.** *Вопросы для обсуждения:* 1)Гигиенические особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре с лицами с нарушением зрения; 2)Гигиенические особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре с лицами с нарушением слуха; 3)Гигиенические особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре с лицами с поражением опорно-двигательного аппарата;	2
4.	Семинар № 13 **Гигиенические особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре с лицами различных нозологических групп.** *Вопросы для обсуждения:* 1) Гигиенические особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре с лицами с интеллектуальными нарушениями; 2)Гигиенические особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре с лицами пожилого возраста; 3)Гигиенические особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре с лицами с соматическими заболеваниями;	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. **Гигиена как наука.** История развития гигиены как науки. Определение, цели, задачи, методы гигиены. Законы гигиены. Понятие об окружающей среде и ее составляющие.	2

	Гигиена физической культуры и спорта: история, цели, задачи. Основоположники гигиены физической культуры и спорта. Вклад российских ученых в развитие гигиены как науки. Законодательство Российской Федерации в области обеспечения санитарно-эпидимиологического благополучия населения.	
2.	Лекция № 2 **Влияние окружающей среды на здоровье и деятельность человека.** Гигиена воды, гигиена воздуха, гигиена почвы). Приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором. Гигиенические основы рациональной организации жилья, зданий и территории, в том числе предназначенных для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и маломобильных групп населения.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
3.	Семинар № 1 **Основы личной гигиены.** Гигиена тела, гигиена питания, гигиена одежды и обуви, гигиена сна, режим дня, санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта, в том числе для лиц, занимающихся спортом. Гигиена тела, гигиена питания, гигиена одежды и обуви, гигиена сна, режим дня, санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта. Здоровый образ жизни. Механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации к здоровому образу жизни. Значение средств ФК и С в формировании здорового образа жизни.	2
4.	Семинар № 2 **Гигиеническое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности.** *Вопросы для обсуждения:* 1)Проблемы двигательной активности в современном мире. Гиподинамия. 2)Роль массовой оздоровительной физической культуры для здоровья населения. 3)Гигиенические основы физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях различного профиля.	2

4.	Семинар № 3 **Гигиенические особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре с лицами различных нозологических групп.** *Вопросы для обсуждения:* 1)Соблюдение гигиенических основ, профилактика травматизма на занятиях на занятиях по физической культуре, адаптивной физической культуре и спорту. 2)Гигиенические особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре с лицами различных нозологических групп.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Гигиена физического воспитания и спорта : учебное пособие / составители Е. В. Волынская, С. А. Коробова. — Липецк : Липецкий ГПУ, 2021. — 72 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/228605 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: физкультурно-спортивные сооружения : учебное пособие / В.П. Башмаков, Н.В. Дубкова, Ф.К. Макоева, А.А. Доможилова ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2022. — 108 с. : табл. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
3. Цаллагова, Р.Б. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: водный фактор и питьевой режим : учебное пособие / Р.Б. Цаллагова, И.А. Меркушев ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. — 154 с. : табл. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
4. Цаллагова, Р.Б. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: гигиена питания : учебное пособие / Р.Б. Цаллагова, Н.В. Дубкова, Ф.К. Макоева ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. — 109 с. : табл. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Бакулин, В. С. Общая гигиена с основами гигиены физического воспитания и спорта для лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебно-методическое пособие / В. С. Бакулин, В. И. Макаров. — Волгоград : ВГАФК, 2018. — 106 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/158162 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Гигиена физической культуры и спорта [Текст] : учебник / под ред. В. А. Маргазина, О. Н. Семеновой, Е. Е. Ачкасова. - 2-е изд., доп. - Санкт-Петербург : СпецЛит, 2013. - 254, [1] с.
3. Коваль, В.И. Гигиена физического воспитания и спорта [Текст] : учебник / В.И. Коваль, Т.А. Родионова. - 3-е изд., перераб. - Москва : Академия, 2014. - 298, [1] с. : ил.
4. Кузнецова, И.А. Гигиеническая оценка питания при занятиях физической культурой и спортом : практикум / И.А. Кузнецова, В.В. Кальсина; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - 2-е изд. - Омск : СибГУФК, 2020. – 108 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
5. Макарова, Г.А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности [Текст] : учебник / Г.А. Макарова, П.В. Нефедов. - Москва : Советский спорт, 2015. - 510 с. : ил.
6. Полиевский, С.А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности [Текст] : учебник / С.А. Полиевский. - Москва : Академия, 2014. - 270, [1] с.
7. Цаллагова, Р.Б. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: гигиена детей и подростков : учебное пособие / Р.Б. Цаллагова, Н.В. Дубкова, В.П.

Башмаков ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. — 100 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

8. Цаллагова, Р.Б. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: гигиена факторов окружающей среды. Физкультурно-спортивные сооружения : учебное пособие / Р.Б. Цаллагова, В.П. Башмаков, Н.В. Дубкова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 196 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
9. Цаллагова, Р.Б. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: количественная и качественная адекватность питания студента-спортсмена : учебное пособие / Р.Б. Цаллагова, Н.В. Дубкова, В.П. Башмаков ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2016. — 160 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
10. Стеблецов, Е. А. Гигиена физической культуры и спорта : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, А. И. Григорьев, О. А. Григорьев ; под редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 308 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14311-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/519722

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения

1. Мультимедийное сопровождение лекций (мультимедийные презентации)
2. Оборудование аудитории для мультимедийного сопровождения занятий (стационарный компьютер или ноутбук, подключенный к проектору)
3. Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляется адаптированная рабочая программа дисциплины с учетом потребностей нозологических групп. Для освоения дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья обеспечены следующие **специальные условия**:

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья ***по зрению:***
- Предоставляется альтернативная версия официального сайта в сети «Интернет» для слабовидящих. www.lesgaft.spb.ru.
- В доступных для обучающихся ***(слепых и слабовидящих***), местах и в адаптированной форме размещается информация.

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья ***по слуху***:

- Предоставляется мультимедийное сопровождение учебной дисциплины в виде презентаций с использованием программы POWER POINT и других.
- По обращению студентов предоставляются услуги переводчика жестового языка.
- При изучении дисциплины предоставляется возможность пользоваться в аудитории слуховыми аппаратами.

-Для студентов с ограниченными возможностями здоровья, имеющих ***нарушения опорно-двигательного аппарата:***

- Обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения, в котором преподается дисциплина.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра теории и методики лыжных видов спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Теория и методика обучения лыжной подготовке

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура) Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ **Сергеев Г.А.**

Рекомендована решением Учебно-методического совета
«31» августа 2022г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Доцент Мурашко Е.В.
Доцент Яковлев А.А. кпн, доцент

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-ом курсе, II семестр по очной форме обучения, на 2-ом курсе III семестр по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***зачёт.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Категория (группа) общепрофессиональной компетенции	**Код и наименование общепрофессиональной компетенции**
Общепрофессиональные компетенции выпускников	
Обучение	ОПК-1. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья
Планирование	ОПК-13. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся
Обеспечение безопасности	ОПК -14. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-1. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному	ОПК -1.1 Знает: - историю и современное состояние лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды лыжного спорта как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий лыжным спортом; - терминологию лыжного спорта; - основы техники способов передвижения на лыжах; - методики обучения способам передвижения на лыжах;	Знать: - историю и современное состояние лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды лыжного спорта как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий лыжным спортом; - терминологию лыжного спорта; - основы техники способов передвижения на лыжах; - методики обучения способам передвижения на лыжах;

обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	- методики развития физических качеств средствами лыжной подготовки; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях лыжной подготовкой; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях: - способы реализации здоровьеформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.	- методики развития физических качеств средствами лыжной подготовки; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях лыжной подготовкой; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях: - способы реализации здоровьеформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.
	ОПК-1.2. Умеет: - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по лыжному спорту в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию лыжного спорта; - распределять на протяжении занятия средства лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в лыжном спорте; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с	Уметь: - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по лыжному спорту в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию, лыжного спорта; - распределять на протяжении занятия средства лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в лыжном спорте; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с

	использованием средств лыжного спорта; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения 30 упражнений лыжной подготовки; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств лыжной подготовки; - оценивать качество выполнения упражнений в лыжном спорте и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в лыжном спорте, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по лыжному спорту; - использовать существующие методики проведения соревнований по лыжным гонкам и лыжной подготовке, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по лыжным гонкам и лыжной подготовке; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям;	использованием средств лыжного спорта; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений лыжной подготовки; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств лыжной подготовки; - оценивать качество выполнения упражнений в лыжном спорте и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в лыжном спорте, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по лыжному спорту; - использовать существующие методики проведения соревнований по лыжным гонкам и лыжной подготовке, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по лыжным гонкам и лыжной подготовке; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; .
	ОПК-1.3. Имеет опыт: - владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов; - участия в судействе соревнования по лыжной подготовке;	Иметь опыт: - владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов; - участия в судействе соревнования по лыжной подготовке;

	- проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.	- проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
ОПК-13. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	ОПК-13.1. Знает: - терминологию и классификацию в лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием лыжного спорта; - правила и организация соревнований в лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в лыжном спорте	Знать: - терминологию и классификацию в лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием лыжного спорта; - правила и организация соревнований в лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в лыжном спорте
	ОПК-13.2. Умеет: - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по лыжной подготовке	Уметь: - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по лыжной подготовке
	ОПК-13.3. Имеет опыт: - планирования занятий по лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием лыжной подготовки;	Иметь опыт: - планирования занятий по лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием лыжной подготовки

ОПК-14. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ОПК-14.1. Знает: - санитарно-гигиенические требования к занятиям лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по лыжной подготовке; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях лыжной подготовке; - особенности занятий лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп.	Знать: - санитарно-гигиенические требования к занятиям лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по лыжной подготовке; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях лыжной подготовке; - особенности занятий лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп.
	ОПК-14.2. Умеет: - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по лыжной подготовке.	Уметь: - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по лыжной подготовке.
	ОПК-14.3. Имеет опыт: - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по лыжной подготовке	Иметь опыт: - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по лыжной подготовке

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		54		54						
В том числе:										
Занятия лекционного типа		2		2						
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		52		52						
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		6		6						
Самостоятельная работа студента		48		48						
Общая трудоемкость	**часы**	**108**		108						
	зачетные единицы	**3**		3						

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		10			10						
В том числе:											
Занятия лекционного типа											
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		10			10						
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		4			4						
Самостоятельная работа студента		94			94						
Выполнение контрольной работы		*10*			*10*						
Общая трудоемкость	**часы**	**108**			108						
	зачетные единицы	**3**			3						

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

	Тема	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	История и современное состояние лыжного спорта	Предмет, задачи, организация, направленность и содержание курса лыжной подготовки. Требования к комплексной подготовке студентов. Характеристика видов лыжного спорта. Возникновение и этапы их развития. Выдающиеся спортсмены.	**Знает:** - историю и современное состояние лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды лыжного спорта как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий лыжным спортом.
2.	Классификация и терминология в лыжном спорте	Основные термины в лыжном спорте и их применение в практической работе. Классификация способов передвижения на лыжах.	**Знает:** - терминологию и классификацию в лыжном спорте; **Умеет:** - использовать в своей деятельности терминологию лыжного спорта; **Имеет опыт:** - владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов
3	Техника и методика обучения способам передвижения на лыжах	Основы техники передвижения на лыжах. Последовательность изучения способов передвижения на лыжах. Методика начального обучения технике передвижения на лыжах: «школа лыжника». Методика обучения программным способам передвижения на лыжах. Методы и методические приемы, используемые при обучении. Общая схема обучения.	**Знает:** - основы техники способов передвижения на лыжах; - методики обучения способам передвижения на лыжах; **Умеет:** - распределять на протяжении занятия средства лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в лыжном спорте; **Имеет опыт:** - владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов;

4	Организация занятий по лыжной подготовке в различных звеньях системы физического воспитания	Особенности организации и проведения занятий по лыжной подготовке. Формы проведения занятий. Структура, задачи и содержание занятий. Подбор и дозировка упражнений. Подготовка педагога. Содержание курса лыжной подготовки в учебных заведениях. Документы планирования учебного процесса по лыжной подготовке: учебный план, программа, график учебного процесса, рабочий план, план-конспект урока (раскрыть их содержание). Основной документ планирования – рабочий план. Документы учета: учебный журнал группы. Урок как основная форма организации занятий. Части урока и основные задачи. Конспект, его составные части. Выбор и подготовка мест занятий и инвентаря, учет метеорологических условий, подготовленности занимающихся, управление группой.	**Знает:** - особенности занятий лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях лыжной подготовкой; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием лыжного спорта; - способы оценки результатов обучения в лыжном спорте; **Умеет:** - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по лыжному спорту в зависимости от поставленных задач; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по лыжной

			подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по лыжной подготовке -проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств лыжной подготовки; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по лыжному спорту; **Имеет опыт:** - планирования занятий по лыжной подготовке;
5	Обеспечение техники безопасности на занятиях по лыжной подготовке	Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий и соревнований по лыжной подготовке. Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет	**Знает:** - санитарно-гигиенические требования к занятиям лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма;

		метеорологических условий и подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм и при обморожении. Лыжный инвентарь и снаряжение. Выбор и подготовка инвентаря к занятиям. Основные лыжные мази, порядок их использования в зависимости от t° воздуха и состояния снежного покрова, технология смазки лыж.	- факторы и причины травматизма в процессе занятий лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по лыжной подготовке; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях лыжной подготовке; **Умеет:** - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по лыжной подготовке. **Имеет опыт:** - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по лыжной подготовке
6	Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам и лыжной подготовке	Соревнования — составная часть учебно-тренировочного процесса. Документы, регламентирующие организацию и проведение соревнований по лыжным гонкам (календарный план и положение о соревновании). Состав судейской коллегии, необходимый для	**Знает:** - правила и организация соревнований в лыжном спорте; **Умеет:** - использовать существующие методики проведения соревнований по лыжным гонкам и лыжной подготовке, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий

		проведения соревнований по лыжным гонкам. Основные мероприятия, проводимые на этапе подготовки соревнований по лыжным гонкам. Выбор, измерение и подготовка дистанций (трасс) для проведения соревнований по лыжным гонкам. Обязанности начальника трасс. Состав бригады судей на старте и финише. Составление заявки на участие в соревнованиях, проведение жеребьевки, документы, необходимые для непосредственного проведения соревнований. Основные положения из правил соревнований по лыжным гонкам. Особенности организации и проведения соревнований по приему зачетных норм по курсу лыжной подготовки.	оздоровительного характера по лыжным гонкам и лыжной подготовке; **Имеет опыт:** - участия в судействе соревнования по лыжной подготовке;
7	Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием лыжной подготовки	Лыжный спорт как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий лыжным спортом на функциональное состояние занимающихся. Методика проведения занятий различной направленности. Организация туристических походов и поездок за город, прогулок на лыжах. Обучение самоконтролю. Организация и проведение массовых соревнований, праздников, фестивалей. Организация и проведения занятий в различных группах (группы здоровья, группы ОФП, группы по интересам и т.д.)	**Знает:** - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях: - способы реализации здоровьеформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. **Умеет:** -использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами

			на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств лыжного спорта; **Имеет опыт:** - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием лыжной подготовки;
8	Использование лыжной подготовки в рекреационной деятельности	Организация и проведение самостоятельных занятий по лыжному спорту. Необходимые знания, умения, навыки.	**Знает:** - методики развития физических качеств средствами лыжной подготовки; **Умеет:** - определять средства и величину нагрузки на занятиях по лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач. **Имеет опыт:** - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЕ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция №1. Понятия: лыжный спорт и лыжная подготовка. Место лыжной подготовки в системе физического воспитания и ее значение в физкультурно-оздоровительной работе среди населения в зимний период (в регионах со снежной зимой). Классификация видов лыжного спорта и их характеристика. Возникновение и этапы их развития. Выдающиеся спортсмены.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	Кол-во часов
1	**Практическое занятие- 1 (аудитория)** Олимпийские и неолимпийские виды лыжного спорта. Лыжная подготовка – начальный этап лыжного спорта. Предмет, задачи, организация, направленность и содержание курса лыжной подготовки. Требования к комплексной подготовке студентов.	2

2	**Практическое занятие-2 (аудитория)** Классификация и терминология способов передвижения на лыжах. Основные признаки распределения способов передвижения на лыжах по различным группам. Понятие о технике передвижения на лыжах – системе движений, с помощью которой лыжник добивается наибольшей эффективности своих действий.	2
3	**Практическое занятие –3 (аудитория) «**Основы техники передвижения на лыжах». Основные движения, выполняемые в лыжных ходах: отталкивания палками, лыжами, скольжение, согласование в работе рук и ног и их характеристика. Отличия в отталкивании лыжей – в классических и коньковых ходах. Характеристика способов передвижения на лыжах, используемых в программах по лыжной подготовке, техника их выполнения и условия применения: На занятии закрепляются знания студентов и оценивается их самостоятельная работа.	2*
3	**Практическое занятие - 4 (аудитория)** Задачи обучения. Методы обучения и их применение при изучении техники передвижения на лыжах. Методические приемы и подводящие упражнения, используемые при обучении технике передвижения на лыжах на этапе первоначального обучения. Последовательность изучения программных способов передвижения на лыжах. Задачи, решаемые занимающимися в «школе лыжника»: научить управлять лыжами, отталкиваться лыжей и палкой от снега и переносить массу тела с одной лыжи на другую. Подводящие упражнения и техника наиболее простых способов передвижения на лыжах, используемые для решения задач «школы лыжника». Постановка общих и частных задач при обучении отдельному способу передвижения на лыжах и подбор средств для их решения. Предупреждение и исправление ошибок. Контроль и самоконтроль за освоением занимающимися элементов техники.	2
3	**Практическое занятие– 5** Подводящие упражнениями и наиболее простыми способами передвижения на лыжах, используемыми в начальном обучении для формирования «чувства лыжи и снега», учить равновесию при скольжении на двух и одной лыже, переносу массы тела с одной лыжи на другую, отталкиванию лыжей и палками. Добиваться от занимающихся технически правильного выполнения используемых упражнений, вскрывая недостатки и их причины. Правила обращения с лыжным инвентарем, основные строевые приемы на лыжах.	2
3	**Практическое занятие– 6,7** Техника программных способов передвижения на лыжах: ОБХ, П2Х, ООКХ, О2КХ.	4
3	**Практическое занятие– 8-10** Закрепление техники программных способов передвижения на лыжах: ОБХ, П2Х, ООХ, ООКХ, О2КХ. Изучение техники поворотов переступанием и плугом, торможения «плугом» и упором, стоек спусков, способов преодоления подъемов.	6
3	**Практическое занятие–11,12** Последовательное изучение программных способов передвижения на лыжах, заостряя внимание занимающихся на постановке общих и частных задач и подборе методических приемов обучения и подводящих упражнений для их решения.	4
3	**Практическое занятие–13,14** Совершенствование изучаемой техники передвижения на лыжах в процессе прохождения слабо пересеченной дистанции, приучая занимающихся к самоконтролю за выполняемыми элементами техники.	4
4	**Практическое занятие – 15 (аудитория)** Особенности организации и проведения занятий по лыжной подготовке. Формы проведения занятий. Структура, задачи и содержание занятий. Подбор и дозировка упражнений. Подготовка педагога. Содержание курса лыжной подготовки в учебных заведениях. Документы планирования учебного процесса по лыжной подготовке: учебный план, программа, график учебного процесса, рабочий план, план-конспект урока. Основной документ планирования – рабочий план. Документы учета: учебный журнал группы.	2

	Урок как основная форма организации занятий. Части урока и основные задачи. Конспект, его составные части. Выбор и подготовка мест занятий и инвентаря, учет метеорологических условий, подготовленности занимающихся, управление группой.	
4	**Практическое занятие –16, 17** Учебная практика студентов. Организация и проведение студентами фрагментов занятия по лыжной подготовке.	4*
5	**Практическое занятие - 18 (аудитория)** Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий и соревнований по лыжным гонкам. Значение правильно выбранного инвентаря и снаряжения для овладения программными способами передвижения на лыжах. Выбор лыж с учетом роста и веса занимающегося, конструктивные данные лыж. Характеристика лыжных палок и их выбор. Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет метеорологических условий и подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм и при обморожении.	2*
5	**Практическое занятие -19** Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий и соревнований по лыжным гонкам. Содержание: Выбор и подготовка учебной площадки, склона; правила поведения занимающихся на учебном склоне – с целью предупреждения травматизма. Оказание первой помощи.	2*
6	**Практическое занятие 20 (аудитория)** Соревнования — составная часть учебно-тренировочного процесса. Документы, регламентирующие организацию и проведение соревнований по лыжным гонкам (календарный план и положение о соревновании). Состав судейской коллегии, необходимый для проведения соревнований по лыжным гонкам. Основные мероприятия, проводимые на этапе подготовки соревнований по лыжным гонкам. Выбор, измерение и подготовка дистанций (трасс) для проведения соревнований по лыжным гонкам. Обязанности начальника трасс. Состав бригады судей на старте и финише. Составление заявки на участие в соревнованиях, проведение жеребьевки, документы, необходимые для непосредственного проведения соревнований. Основные положения из правил соревнований по лыжным гонкам. Особенности организации и проведения соревнований по приему зачетных норм по курсу лыжной подготовки.	2
6	**Практическое занятие–21** Подготовка и организация проведения соревнований по лыжным гонкам: оформление стартового городка, порядок работы судейских бригад на старте и финише, подготовка трассы.	2*
7	**Практическое занятие – 22 (аудитория)** Место лыжной подготовки в системе физического воспитания и ее значение в физкультурно-оздоровительной работе среди населения в зимний период (в регионах со снежной зимой). Постановка цели и задач для занимающихся. Лыжный спорт как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий лыжным спортом на функциональное состояние занимающихся. Методика проведения занятий различной направленности. Организация туристических походов и поездок за город, прогулок на лыжах. Обучение самоконтролю. Организация и проведение массовых соревнований, праздников, фестивалей. Организация и проведения занятий в различных группах (группы здоровья, группы ОФП,группы по интересам и т.д.)	2
7	**Практическое занятие –23,24** Организация и проведение похода, используя лыжную подготовку.	4

8	**Практическое занятие-25 (аудитория)** Организация и проведение самостоятельных занятий по лыжному спорту. Необходимые знания, умения, навыки. Методы самоконтроля.	2
8	**Практическое занятие –26** Использование игрового метода на занятиях по лыжной подготовке. Организация прогулок с использованием лыжной подготовки. Осуществление самоконтроля за техникой передвижения на лыжах и самочувствием. Выбор мест занятий.	2*

Прим.: * - интерактивные занятия (всего 14 часов)

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	Кол-во часов
1,2,5	**Практическое занятие – 1 (аудитория)** Понятия: лыжный спорт и лыжная подготовка. Место лыжной подготовки в системе физического воспитания и ее значение в физкультурно-оздоровительной работе среди населения в зимний период (в регионах со снежной зимой). Классификация видов лыжного спорта и их характеристика. Возникновение и этапы их развития. Выдающиеся спортсмены. Классификация и терминология способов передвижения на лыжах. Основные признаки распределения способов передвижения на лыжах по различным группам. Понятие о технике передвижения на лыжах – системе движений, с помощью которой лыжник добивается наибольшей эффективности своих действий. Значение правильно выбранного инвентаря и снаряжения для овладения программными способами передвижения на лыжах. Выбор лыж с учетом роста и веса занимающегося, конструктивные данные лыж. Характеристика лыжных палок и их выбор. Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий и соревнований по лыжным гонкам. Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет метеорологических условий и подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм и при обморожении. Выбор и подготовка учебной площадки, склона; правила поведения занимающихся на учебном склоне – с целью предупреждения травматизма. Оказание первой помощи	2
3	**Практическое занятие 2.** Подводящие упражнения и наиболее простые способы передвижения на лыжах, используемыми в начальном обучении. Правила обращения с лыжным инвентарем. Основные строевые приемы на лыжах. Программные способы передвижения на лыжах: ОБХ, П2Х, ООХ, ООКХ, О2КХ. Самоконтроль за выполняемыми элементами техники.	2
4	**Практическое занятие 3 (аудитория)** Особенности организации и проведения занятий по лыжной подготовке. Формы проведения занятий. Структура, задачи и содержание занятий. Подбор и дозировка упражнений. Подготовка педагога. Содержание курса лыжной подготовки в учебных заведениях. Документы планирования учебного процесса по лыжной подготовке: учебный план, программа, график учебного процесса, рабочий план, план-конспект урока (раскрыть их содержание). Основной документ планирования – рабочий план. Документы учета: учебный журнал группы. Урок как основная форма организации занятий. Части урока и основные задачи. Конспект, его составные части. Выбор и подготовка мест занятий и инвентаря, учет метеорологических условий, подготовленности занимающихся, управление группой.	2
6	**Практическое занятие 4.** Подготовка и организация проведения соревнований по лыжным гонкам: оформлением стартового городка, порядком работы судейских бригад на старте и финише, подготовкой трассы. Сдача контрольных нормативов на 3 и 5 км.	2*
7,8	**Практическое занятие 5.** Организация и проведение похода, прогулки, используя лыжную подготовку.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка : учебное пособие для вузов / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин ; под научной редакцией С. В. Новаковского. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 125 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10153-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/492125
2. Мелентьева, Н. Н. Лыжный спорт. Обучение спускам со склонов и торможениям на лыжах : учебное пособие для вузов / Н. Н. Мелентьева, Н. В. Румянцева. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 76 с. — ISBN 978-5-8114-8254-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/173801 — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Реуцкая, Е.А. Лыжный спорт: теория и методика : учебное пособие / Е.А. Реуцкая, Я.С. Романова ; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. — Омск : СибГУФК, 2020. — 198 с. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
4. Скорохватова, Г.В. Зимние виды спорта на снегу. Олимпийские дисциплины : учебное пособие / Г.В. Скорохватова, З.Ю. Ансимова, Ю.Я. Лобанов; Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена ; под ред. Г. В. Скорохватовой. - Санкт-Петербург : Лань, 2020. - 359, [1] с. : ил.
5. Скрипкина, Т.М. Теория и методика лыжного спорта. Техническое и технологическое обеспечение занятий и подготовка инвентаря, оборудования в лыжном спорте : учебное пособие / Т.М. Скрипкина, В.С. Жукова ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : Реноме, 2021. — 108, [3] с. : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Коньковый ход на лыжах: техника выполнения, новые тенденции : учебное пособие / О. В. Мараховская, Т. А. Сагиев, М. Ю. Славнова [и др.] ; Омский государственный технический университет. – Омск : Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2020. – 88 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682116
2. Лыжная подготовка на занятиях по физической культуре в вузе: элективные курсы по физической культуре : учебное пособие / составитель В. Б. Кривошеева. — пос. Караваево : КГСХА, 2017. — 37 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/133575 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Лыжный спорт [Текст] : учебник / под общ. ред. В. В. Фарбея и Г. В. Скорохватовой. - 2- изд., испр. и доп. - СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2007. - 623 с. : ил.
4. Мараховская, О.В. Особенности лыжной подготовки в физическом воспитании студентов специальных медицинских групп : учебное пособие / О.В. Мараховская, О.О. Фадина. — Москва : Советский спорт, 2021. — 87 с. : ил.
5. Михалёнок, Е. В. Лыжный спорт и методика преподавания. Курс лекций : учебник для вузов / Е. В. Михалёнок, И. Л. Александрович. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 84 с. — ISBN 978-5-8114-8922-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/185326 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. Плохой, В.Н. Подготовка юных лыжников-гонщиков и ее особенности в биатлоне, двоеборье и роллерах : научно-методическое пособие / В.Н. Плохой. — [2-е изд., испр. и доп.]. — Москва : Спорт : Человек, 2018. — 275, [2] с. : ил.
7. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283
8. Сорокин, С.Г. Лыжный спорт в высших учебных заведениях (на примере лыжных гонок) : учебное пособие / С.Г. Сорокин, В.Г. Турманидзе ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. - Омск : ОмГУ им. Ф.М. Достоевского, 2017. - 112 с. : табл., ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7779-2145-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563139
9. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Лыжный спорт [Текст] : учебник / Г.А. Сергеев [и др.]; под ред. Г. А. Сергеева. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2013. - 168, [1] с. : ил.
10. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514967
11. Технология спортивной тренировки в лыжном спорте : учебное пособие / А. А. Аввакуменков, Н. А. Багин, А. С. Гусев [и др.]. — Великие Луки : ВЛГАФК, 2017. — 222 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/151160 .— Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для проведения занятий по дисциплине «Теория и методика обучения лыжной подготовке)» необходимы:

- комплекты лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки, крепления) – не менее 50 штук разного размера;
- учебная лыжная площадка, учебная лыжня, учебный склон, лыжные трассы;
- учебная аудитория с мультимедийным оборудованием (ноутбук с необходимым программным обеспечением, проектор, экран);
- помещение для хранения и подготовки спортивного инвентаря.

Учебные занятия по дисциплине «Теория и методика обучения лыжной подготовке» проводятся на базе многофункционального учебно-тренировочного центра «Кавголово».

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра социальных технологий и массовых коммуникации в спорте

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Русский язык и культура речи

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А. В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ **Скок Н.С.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Доцент кафедры СТиМКС, к.ф.н.
Бердышева Н.Ю.

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения, на 1 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***зачет.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Коммуникация	УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	УК-4.1. Знает: - основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, комплексной реабилитации и абилитации инвалидов, детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП, - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; -	Знает основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; основные понятия и терминологию на русском языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском языке. Умеет: выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; определять и выделять основную информацию текста; определять

	нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; - основные термины и понятия в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере	важность (ценность) информации. Имеет опыт: деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; - публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; - публичной речи (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; публичной защиты результатов собственных научных исследований.

	физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и базовым видам адаптивного спорта и по избранному виду спорта, и избранному виду адаптивного спорта; - публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта , адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.	

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		36		36						
В том числе:										
Занятия семинарского типа		36		36						
Промежуточная аттестация (зачет)		6		6						
Самостоятельная работа студента		66		66						
Общая трудоемкость	**часы**	**108**		108						
	зачетные единицы	**3**		3						

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		6		6							
В том числе:											
Занятия семинарского типа		6		6							
Промежуточная аттестация (зачет)		4		4							
Самостоятельная работа студента		98		98							
В т.ч. выполнение контрольной работы		20		20							
Общая трудоемкость	**часы**	**108**		108							
	зачетные единицы	**3**		3							

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Понятие современного русского литературного языка.	1. Русский язык от Пушкина до наших дней. С 30-х гг. до наших дней. Текущий момент. 2.Происхождение русского языка (от индоевропейского праязыка, существующие группы языков	Знает основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском языке. Умеет: выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; определять и выделять основную информацию текста; определять важность (ценность) информации. Имеет опыт: руководства работой спортивного актива; организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; публичной защиты результатов собственных научных исследований.
2.	Понятие языковой нормы	1.Толковые и иные лингвистические словари. 2.Различия между лингвистическими и энциклопедическими словарями. 3.Заимствования, их значения, освоение, пуризм, англо-американская экспансия, антинормализаторство.	Знает основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; основные понятия и терминологию на русском языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском языке.

			Умеет: правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; определять и выделять основную информацию текста; определять важность (ценность) информации. Имеет опыт: профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; публичной защиты результатов собственных научных исследований.
3	Различие устной и письменной речи как разных семиотических систем.	1.Реформы графики и орфографии. Принципы русской орфографии. 2.Правила пунктуации. Принципы русской пунктуации. 3.Орфоэпия. Понятие произносительной нормы. 4.История становления русской произносительной нормы. Московская и петербургская произносительные нормы. 5.Диалект. Варианты нормы. Орфоэпические словари. 6.Интонация. Фоностилистика. Типичные интонационные ошибки.	Знает основные понятия и терминологию на русском языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском языке. Умеет: выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; определять и выделять основную информацию текста; определять важность (ценность) информации. Имеет опыт: деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по

			избранному виду спорта; публичной речи (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; публичной защиты результатов собственных научных исследований.
4	Грамматическая норма	1.Склонение числительных. 2.Виды связи в словосочетаниях. Ошибки в употреблении видов связи.	Знает основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; основные понятия и терминологию на русском языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском языке. Умеет: правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; Имеет опыт: деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.
5	Функциональные стили речи.	1. Анализ текстов научного и официально-делового стилей.	Знает основы делового общения, способствующие

		2. Композиция публичного выступления. Убеждающий монолог. Виды аргументов. Анализ текстов убеждающего монолога.	развитию общей культуры и социализации общества; основные понятия и терминологию на русском языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском языке. Умеет: выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; определять и выделять основную информацию текста; определять важность (ценность) информации. Имеет опыт: деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; - публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; - публичной речи (монологическое высказывание по общебытовой и

			профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; публичной защиты результатов собственных научных исследований.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Практическое занятие № 1.** ПОНЯТИЕ СОВРЕМЕННОГО РУССКОГО ЛИТЕРАТУРНОГО ЯЗЫКА. **План** 1.Русский язык от Пушкина до наших дней. 2. С 30-х гг. до наших дней. Текущий момент. **Вопросы для обсуждения:** 1. Назовите свойства литературного языка. Какие изменения произошли в русском языке за последние два столетия?	2
1	**Практическое занятие 2.** ПРОИСХОЖДЕНИЕ РУССКОГО ЯЗЫКА **План** 1. Происхождение русского языка (от индоевропейского праязыка, существующие группы языков. 2. Кириллица: деятельность и заслуги Кирилла и Мефодия. 3. Вопрос о старославянском языке. **Вопросы для обсуждения** 1.К какой группе языков относится русский язык? 2.Признаки старославянизмов	2
2	**Практическое занятие № 3.** ПОНЯТИЕ ЯЗЫКОВОЙ НОРМЫ **План:** 1. Толковые и иные лингвистические словари. 2. Различия между лингвистическими и энциклопедическими словарями. 3. Заимствования, их значения, освоение, пуризм, англо-американская экспансия, антинормализаторство. **Вопросы для обсуждения**: 1. Чем отличаются лингвистические словари от энциклопедических? 2. В чем заключается суть пуризма? Явление антинормализаторства.	2
2	**Практическое занятие № 4.** АНАЛИЗ СЛОВАРНОЙ СТАТЬИ. **План**	2

	1. БАС, МАС, Ожегов, Даль, Ушаков – каждый словарь как уникальное произведение. 2. Разновидности нормы, представленные в словарной статье. **Вопросы для обсуждения:** 1. Сравните словарные статьи, взятые из разных словарей. Что в них общего? Какую различающую их информацию содержит каждый словарь? 2. Расскажите о системе помет в словаре С.И.Ожегова. В чем причина популярности словаря Ожегова? 4. Сравните словарную статью, составленную вами, с соответствующими словарными статьями в одном из толковых словарей.	
2	**Практическое занятие № 5.** ЯРУСЫ ЯЗЫКОВОЙ СИСТЕМЫ. **План** 1.Фонетика и орфоэпия. 2.Произносительная норма. 3.Звуковые законы русского языка. 4.Вариантность орфоэпических норм. 5.Орфоэпические словари. **Вопросы для обсуждения:** 1. О каких признаках нормы свидетельствуют ее варианты? 2. Как владение нормами литературного языка может помочь вам в вашей будущей профессиональной деятельности? 3. Почему, по вашему мнению, необходимо соблюдать произносительные нормы? Каковы основные правила произношения гласных и согласных звуков в современном русском языке?	2
3	**Практическое занятие № 6.** РУССКОЕ СЛОВЕСНОЕ УДАРЕНИЕ. **План** 1. Словесное ударение и звукопроизношение. 2. Орфоэпический минимум. 3.Интонация. 4.Практикум: чтение текстов. **Вопросы для обсуждения:** 1. Расскажите об основных особенностях русского ударения, о различных акцентологических вариантах. 2. К каким словарям можно обратиться в случае затруднений в выборе произносительного варианта?	2
3	**Практическое занятие № 7.** ЛЕКСИКОЛОГИЯ**.** **План** 1.Семантические отношения в лексической системе. 2.Синонимы, антонимы, паронимы. 3.Определение синонимических рядов в тексте, составление синонимических рядов. **Вопросы для обсуждения:** 1. Что такое синонимы, антонимы и паронимы? 2. Каковы причины нарушения точности речи? 3. Как лексическая синонимия способствует созданию выразительности речи? Составить словосочетания с предложенными словами.	2
3	**Практическое занятие № 8.** **Тема для практической работы:** ЛЕКСИЧЕСКАЯ ТИПОЛОГИЯ. ЗАИМСТВОВАНИЯ	2

	План 1.Происхождение лексики русского языка. 2.Старославянизмы. 3.Заимствования из западноевропейских языков. 4.Ошибки в употреблении иностранных слов **Вопросы для обсуждения:** 1. Какова роль старославянизмов в создании выразительности речи? 2. Источники происхождения лексики русского языка. 3. Когда отмечается праздник русской письменности? 4.Какие заимствования характеризуют современное состояние русского языка?	
3	**Практическое занятие № 9.** **Тема для практической работы:** ГРАММАТИКА **План** 1.Разделы грамматики. 2.Имя числительное. 3.Склонение числительных**.** **Вопросы для обсуждения:** 1. Каковы нормы употребления именных частей речи? 2. Какие словари нужно использовать в случае затруднений определения грамматических норм? *3.* Как правильно склоняются количественные числительные? *(С применением интерактивных форм)*	2
3	**Практическое занятие № 10.** Стилистические ресурсы синтаксиса простого предложения. Стилистические ресурсы синтаксиса сложного предложения. Нестилистические ошибки Виды связи в словосочетаниях. Ошибки в употреблении видов связи.	2
4	**Практическое занятие № 11.** **Тема для практической работы:** ДИАЛЕКТОЛОГИЯ. ФРАЗЕОЛОГИЯ. **План** 1. Социальные и региональные диалекты. 2.Фразеология. 3**.** Фразеологический минимум. **Вопросы для обсуждения:** 1.Какую речь мы называем выразительной? 2.Какова роль фразеологии в создании выразительности речи?	2
8	**Практическое занятие № 12.** ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ СТИЛИ РЕЧИ. НАУЧНЫЙ СТИЛЬ. **План** 1.Стилистическое значение. 2.Функциональные стили русского языка. 3.Научный стиль. 4.Практикум: написание текстов научного стиля. 5. Подстили научного стиля. 6. Анализ текста научного стиля. **Вопросы для обсуждения:** 1. Какие функциональные стили выделяются в современном русском языке? 2. Что мы вкладываем в понятие «современный научный стиль?» 3. Каковы стилевые черты научного стиля? 4. Какие языковые средства реализации черт научного стиля вам известны? 5. Как реализуется обобщенность научного стиля? 6. Как подчеркивается логика научного изложения? 7. Какими способами вводятся в научный текст термины?	2

	8. Какие жанры можно выявить в научном стиле?	
5	**Практическое занятие № 13.** ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ СТИЛИ РЕЧИ. ОФИЦАЛЬНО-ДЕЛООЙ СТИЛЬ. **План** 1.Языковые особенности официально-деловой стиль. 4.Практикум: написание текстов официально-делового стиля. 5. Подстили официально-делового стиля. 6. Жанровое своеобразие официально-делового стиля. **Вопросы для обсуждения:** 1.Что мы вкладываем в понятие «современный официально-деловой стиль? 2.Каковы стилевые черты официально-делового стиля? 3.Какие языковые средства реализации черт официально-делового стиля вам известны? 4.Что такое канцелярит? 5.Какие жанры можно выявить в официально-деловом стиле?	2
5	***Практическое занятие № 14.*** ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ СТИЛИ РЕЧИ. ПУБЛИЦИСТИЧЕСКИЙ СТИЛЬ. **План** 1.Публицистический стиль. 2.Практикум: написание текстов публицистического стиля. 3. Анализ текста публицистического стиля. **Вопросы для обсуждения:** 1.Что мы вкладываем в понятие «современный публицистический стиль?» 2.Каковы стилевые черты публицистического стиля? 3.Какие языковые средства реализации черт публицистического стиля вам известны? 4.Как реализуется экспрессивность публицистического стиля? 5. Какие группы жанров можно выявить в публицистическом стиле?	2
5	***Практическое занятие № 15.*** Литературно-художественный стиль. Разговорный стиль. **План** 1.Литературно-художественный стиль. Разговорный стиль. 2.Практикум: написание и произнесение текстов литературно-художественного и разговорного стилей. 3. Анализ текстов. **Вопросы для обсуждения:** 1.Что мы вкладываем в понятие «современный литературно-художественный стиль?» 2.Каковы стилевые черты литературно-художественного стиля? 3.Какие языковые средства реализации черт литературно-художественного стиля вам известны? 4.Какие тропы литературно-художественного стиля вы знаете? 5. Какие жанры можно выявить в современном литературно-художественного стиле?	2
5	**Практическое занятие № 16.** Виды ораторской речи. Мастерство устного выступления **План** 1.Риторика и ораторское искусство. 2.Убеждающий монолог. **Вопросы для обсуждения:** 1. Что представляет собой публичная речь? 2.Перечислите и дайте характеристику основным видам и родам	2

	риторики. 2. Расскажите об основных представителях античных риторик. Расскажите об основных	
5	**Практическое занятие № 17.** **Тема для практической работы**: КОМПОЗИЦИЯ УБЕЖДАЮЩЕГО МОНОЛОГА. **План** 1.Тезис, виды аргументов. 2.Структурно-композиционные особенности. **Вопросы для обсуждения:** 1.Перечислите основные приемы изложения и объяснения содержания речи. 2.В чем заключается специфика убеждающего монолога? 3.Какие существуют основные этапы подготовки к конкретному выступлению? 4.Что является главной составляющей подготовки к выступлению? 5.Что реализуется в главной части выступления? С чего целесообразно начать подготовку темы: а) с определения проблем; б) с выписки цитат; в) с составления плана; г) с поиска материалов?	2
5	**Практическое занятие № 18.** Произнесение текста убеждающего монолога на заданную тему.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Практическое занятие № 1.** ПОНЯТИЕ СОВРЕМЕННОГО РУССКОГО ЛИТЕРАТУРНОГО ЯЗЫКА. **План** 1.Русский язык от Пушкина до наших дней. 2. С 30-х гг. до наших дней. Текущий момент. **Вопросы для обсуждения:** 2. Назовите свойства литературного языка. Какие изменения произошли в русском языке за последние два столетия?	2
5.	**Практическое занятие № 2** Тема для практической работы: ГРАММАТИКА План 1.Разделы грамматики. 2.Имя числительное. 3.Склонение числительных. Вопросы для обсуждения: 1. Каковы нормы употребления именных частей речи? 2. Какие словари нужно использовать в случае затруднений определения грамматических норм? 3. Как правильно склоняются количественные числительные?	2
5	**Практическое занятие № 3.** Тема для практической работы: КОМПОЗИЦИЯ УБЕЖДАЮЩЕГО МОНОЛОГА. План 1.Тезис, виды аргументов. 2.Структурно-композиционные особенности. Вопросы для обсуждения:	2

	1.Перечислите основные приемы изложения и объяснения содержания речи. 2.В чем заключается специфика убеждающего монолога? 3.Какие существуют основные этапы подготовки к конкретному выступлению? 4.Что является главной составляющей подготовки к выступлению? 5.Что реализуется в главной части выступления? С чего целесообразно начать подготовку темы?	

5.ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Боженкова, Р.К. Русский язык и культура речи : учебник / Р.К. Боженкова, Н.А. Боженкова, Н.Н. Романова. – Москва : ФЛИНТА, 2019. – 320 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=603178
2. Буторина, Е. П. Русский язык и культура речи : учебник для вузов / Е. П. Буторина, С. М. Евграфова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 261 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07126-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514061
3. Русский язык и культура речи. Семнадцать практических занятий : учебное пособие для вузов / Е. В. Ганапольская [и др.] ; под редакцией Е. В. Ганапольской, Т. Ю. Волошиновой. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 304 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10423-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514236
4. Русский язык и культура речи : учебник и практикум для вузов / Т. Ю. Волошинова [и др.] ; под редакцией А. В. Голубевой, В. И. Максимова. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 306 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06066-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/510446
5. Самсонов, Н. Б. Русский язык и культура речи : учебник и практикум для вузов / Н. Б. Самсонов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 271 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15714-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513240

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Аристархова, С.А. Русский язык и культура речи. Стили речи : учебное пособие / С.А. Аристархова; Московская государственная академия физической культуры. - Малаховка : [б. и.], 2014. – 90 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Введенская, Л.А. Русский язык и культура речи : учебное пособие / Л.А. Введенская, Л.Г. Павлова, Е.Ю. Кашаева. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2016. - 539 с.
3. Голубева, А. В. Русский язык и культура речи. Практикум : учебное пособие для вузов / А. В. Голубева, З. Н. Пономарева, Л. П. Стычишина ; под редакцией А. В. Голубевой. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 256 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00954-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/511309
4. Деева, Н.В. Русский язык и культура речи : учебное пособие / Н.В. Деева, А.А. Лушпей ; Кемеровский государственный институт культуры, Социально-гуманитарный институт, Кафедра литературы и русского языка. – Кемерово : Кемеровский государственный институт культуры (КемГИК), 2017. – 108 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=487665
5. Мандель, Б.Р. Русский язык и культура речи: история, теория, практика : учебное пособие / Б.Р. Мандель. - Москва : Вузовский учебник : ИНФРА-М, 2014. - 265, [1] с.
6. Русский язык и культура речи : учебник и практикум для вузов / В. Д. Черняк, А. И. Дунев, В. А. Ефремов, Е. В. Сергеева ; под общей редакцией В. Д. Черняк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 389 с. — (Высшее

образование). — ISBN 978-5-534-04154-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/510514
7. Русский язык и культура речи. Практикум. Словарь : учебно-практическое пособие для вузов / В. Д. Черняк [и др.] ; под общей редакцией В. Д. Черняк. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 525 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02667-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/510791
8. Современный русский язык : учебник / П.А. Лекант, Е.И. Диброва, Л.Л. Касаткин, Е.В. Клобуков; под ред. П. А. Леканта. - 5-е изд. - Москва :Юрайт, 2019. - 493 с.
9. Современный русский язык. Теория, Анализ языковых единиц : учебник : в 2 ч. Ч. 1 : Фонетика и орфоэпия. Графика и орфография. Лексикология. Фразеология. Лексикография. Морфемика. Словообразование / Е.И. Диброва, Л.Л. Касаткин, Н.А. Николина, И.И. Щеболева; под ред. Е. И. Дибровой . - 5-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 479, [1] с.
10. Современный русский язык. Теория, Анализ языковых единиц : учебник : в 2 ч. Ч. 2 : Морфология. Синтаксис / под ред. Е. И. Дибровой . - 5-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 622, [1] с. : ил.
11. Сурикова, Т.И. Русский язык и культура речи : учебник / Т.И. Сурикова, Н.И. Клушина, И.В. Анненкова; Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова. - Москва :Юрайт, 2016. - 239 с.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории (ИМИСТ) для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения (проектор, экран, ноутбук, колонки).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Допускается замена оборудования его виртуальными аналогами.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра педагогики

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Педагогика

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«30» августа 2022г., протокол № 1

ВРИО зав. кафедрой _____ И.П.Гомзякова

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
доцент кафедры педагогики, канд.пед.наук,
Дранюк О.И.

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения, на 1 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Командная работа и лидерство	УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-3	**Знает:** - функции и средства общения; - методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий **Умеет:** - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями **Навыки:** Имеет опыт: - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности	**Знает:** - функции и средства общения; - методики воспитательной работы, - основные принципы деятельностного подхода, - виды и приемы современных педагогических технологий **Умеет:** - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики - анализироватьреальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с

		ограниченными возможностями **Навыки:** Имеет опыт: - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности
УК-6	**Знает:** - основные закономерности возрастного развития, его стадии и кризисы; - принципы образования в течение всей жизни. **Умеет:** - разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические, реабилитационные, абилитационные технологии, основанные на знании законов развития личности, в том числе, с инвалидностью и поведения в реальной и виртуальной среде. **Навыки:** Имеет опыт: - планирования перспективных целей собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, временной перспективы развития сферы профессиональной деятельности и требований рынка труда;	**Знает:** - основные закономерности возрастного развития, его стадии и кризисы; - принципы образования в течение всей жизни. **Умеет:** - разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические, реабилитационные, абилитационные технологии, основанные на знании законов развития личности, в том числе, с инвалидностью и поведения в реальной и виртуальной среде. **Навыки:** Имеет опыт: - планирования перспективных целей собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, временной перспективы развития сферы профессиональной деятельности и требований рынка труда;

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**36**		**36**						
В том числе:										
Занятия лекционного типа		12		12						
Занятия семинарского типа (семинары)		18		18						
Промежуточная аттестация (зачет)		6		6						
Самостоятельная работа студента		**36**		**36**						
Подготовка к семинарским занятиям		10		10						
Письменная работа: анализ учебного занятия		6		6						
Подготовка к текущим и рубежным контролям		15		15						
Подготовка к зачету		5		5						
Общая трудоемкость	**часы**	**72**		**72**						
	зачетные единицы	**2**		**2**						

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**12**		**12**							
В том числе:											
Занятия лекционного типа		2		2							
Занятия семинарского типа (семинары)		6		6							
Промежуточная аттестация (зачет)		4		4							
Самостоятельная работа студента		**60**		**60**							
В том числе											
Изучение теоретического материала, не вошедшего в аудиторные занятия		22		22							
Подготовка к ТК и РК		18		18							
Выполнение контрольной работы		10		10							
Подготовка к зачету		10		10							
Общая трудоемкость	**часы**	**72**		**72**							
	зачетные единицы	**2**		**2**							

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Педагогика как наука	Педагогика как наука об образовании (воспитании и обучении) человека. Источники развития педагогики. Предмет, объект педагогики. Функции и задачи педагогики. Основные категории педагогики: образование (как процесс, результат и система), воспитание (в широком и узком педагогическом значении), обучение, развитие (как междисциплинарное понятие). Связь педагогики с другими науками. Система педагогических наук.	**Знает:** - принципы образования в течение всей жизни **Умеет:** - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики
2.	Методы педагогического исследования	Понятие о методах педагогического исследования. Система методов педагогического исследования: методы теоретического исследования, эмпирические методы исследования, математические и статистические методы исследования. Характеристика теоретических и эмпирических методов педагогического исследования. Использование методов исследования с целью поиска путей повышения эффективности образовательного процесса. Логика и этапы научно-педагогического исследования.	**Знает:** - основные принципы деятельностного подхода, **Умеет:** - анализироватьреальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу
3.	Развитие личности	Биологическое и социальное в развитии человека и формировании его личности. Движущие силы развития личности. Факторы формирования личности. Их характеристика и роль в развитии личности. Возрастная периодизация, ее значение. Роль деятельности в формировании личности и ее виды на разных возрастных этапах. Индивидуальные особенности личности и их учет в образовательном процессе.	**Знает:** - основные закономерности возрастного развития, его стадии и кризисы - функции и средства общения; **Умеет:** - разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические, реабилитационные, абилитационные технологии, основанные на знании законов развития личности, в том числе, с инвалидностью и

			поведения в реальной и виртуальной среде.
4.	Обучение в образовательном процессе	Понятие педагогического (образовательного) процесса. Основные характеристики педагогического процесса: целенаправленность, двусторонность, целостность. Сущность педагогического взаимодействия. Компоненты педагогического процесса: целевой, мотивационный, содержательный, операционно-деятельностный, контрольно-регулировочный, оценочно-результативный. Закономерности педагогического процесса. Понятие о дидактике. Дидактика и частные методики. Основные категории дидактики. Задачи дидактики. Функции процесса обучения: образовательная, воспитательная, развивающая. Деятельность учителя и учащихся в процессе обучения. Структура процесса обучения.	**Знает:** - принципы образования в течение всей жизни **Умеет:** - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями
5.	Принципы обучения	Понятие принципов и правил обучения. Значение принципов обучения в учебном процессе. Характеристика принципов обучения и правила их реализации. Совершенствование системы принципов обучения	**Знает:** - принципы образования в течение всей жизни. **Умеет:** - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями
6.	Содержание образования	Система образования в РФ. Типы образовательных учреждений.	**Знает:**

		Понятие содержания образования, исторический характер его развития. ФГОС общего образования и его компоненты. Характеристика нормативных документов, регламентирующих содержание общего образования	- принципы образования в течение всей жизни **Умеет:** - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики
7.	Методы и технологии обучения	Понятие методов и приемов обучения, их назначение и функции. Подходы к классификации методов обучения. Характеристика методов обучения по источнику знаний: словесные, наглядные, практические. Характеристика методов обучения по характеру познавательной деятельности учащихся: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, проблемный. Понятие средств обучения, их назначение. Требования к выбору средств обучения. Контроль в процессе обучения. Виды, формы и методы контроля обучения. Требования к выбору оптимального сочетания методов обучения. Особенности выбора методов обучения на разных возрастных этапах. Понятия методика и технология обучения. Классификация современных образовательных технологий. Показатели технологичности педагогического процесса. Структурные компоненты технологий обучения.	**Знает:** - виды и приемы современных педагогических технологий **Умеет:** - разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические, реабилитационные, абилитационные технологии, основанные на знании законов развития личности, в том числе, с инвалидностью и поведения в реальной и виртуальной среде. - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями **Навыки:** Имеет опыт: - решения образовательных, воспитательных,

			развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности
8.	Организационные формы обучения	Понятие форм организации обучения и их историческое развитие. Виды современных организационных форм обучения. Урок – основная форма организации обучения. Типы и структура уроков. Современные дидактические требования к уроку и пути его совершенствования. Дополнительные и вспомогательные формы организации обучения. Взаимосвязь, взаимодополняемость всех форм обучения.	**Знает:** - принципы образования в течение всей жизни **Умеет:** - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики
9	Воспитание в образовательном процессе	Сущность процесса воспитания и его особенности. Основные подходы к определению содержания воспитания (традиционный и личностно-ориентированный) и основные направления содержания воспитания. Система принципов воспитания.	**Знает:** - методики воспитательной работы **Умеет:** - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики
10	Средства и методы воспитания	Понятие о средствах, методах воспитания. Средства воспитания как виды деятельности формирующейся личности. Классификация методов воспитания. Характеристика методов формирования нравственного сознания личности, организации деятельности и формирования опыта общественного поведения личности, стимулирования и коррекции деятельности и поведения. Условия оптимального выбора и эффективного применения методов воспитания.	**Знает:** - методики воспитательной работы, - функции и средства общения; **Умеет:** - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной

			деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики **Навыки:** Имеет опыт: - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1-2	**Лекция № 1. Педагогика как наука.** Педагогика как наука об образовании (воспитании и обучении) человека. Предмет, объект педагогики. Функции и задачи педагогики. Основные категории педагогики: образование (как процесс, результат и система), воспитание (в широком и узком педагогическом значении), обучение и развитие (как междисциплинарная категория). Связь педагогики с другими науками. Система педагогических наук. Методы педагогического исследования.	2
4	**Лекция № 2. Обучение в образовательном процессе** Понятие педагогического (образовательного) процесса. Основные характеристики педагогического процесса. Сущность педагогического взаимодействия. Компоненты педагогического процесса Закономерности педагогического процесса. Понятие о дидактике. Дидактика и частные методики. Задачи дидактики. Функции процесса обучения. Деятельность учителя и учащихся в процессе обучения. Структура процесса обучения.	2
5	**Лекция №3. Принципы обучения** Понятие принципов и правил обучения. Значение принципов обучения в учебном процессе. Характеристика принципов	2

	обучения и правила их реализации. Совершенствование системы принципов обучения	
7	**Лекция №4. Методы обучения** Понятие методов и приемов обучения, их назначение, функции методов обучения. Понятие средств обучения, их назначение. Подходы к классификации методов обучения. Характеристика методов обучения по источнику знаний. Требования к выбору методов обучения.	2
7	**Лекция №5. Методы и технологии обучения** Характеристика методов обучения по характеру познавательной деятельности учащихся: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, проблемный. Активные методы обучения Особенности выбора методов обучения на разных возрастных этапах. Контроль в процессе обучения. Виды, формы и методы контроля обучения. Понятие методика и технология обучения.	2
9-10	**Лекция №6. Воспитание в образовательном процессе** Сущность процесса воспитания. Основные подходы к определению содержания воспитания (традиционный и личностно-ориентированный) и основные направления содержания воспитания. Система принципов воспитания. Понятие средств и методов воспитания, их классификация.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Семинарское занятие 1. Педагогика как наука.** Задачи занятия: 1. Рассмотреть сущность педагогики как науки, ее объект, предмет, функции и задачи. 2. Рассмотреть взаимосвязи между основными категориями педагогики. 3. Рассмотреть образование и воспитание как развивающееся общественные явления. I. Вопросы: 1. Что изучает педагогика? 2. Обоснуйте объект и предмет педагогики. 3. Назовите функции педагогики. 4. Каковы задачи педагогики как науки? 5. Дайте определения основным понятиям педагогики. 6. Дайте характеристику образования и воспитания как общественного явления. 7. Назовите отрасли педагогики. 8. Какое значение имеет изучение педагогики для бакалавра по АФК. 2. **Задания для самостоятельной работы:** проведите сравнительный анализ основных понятий педагогики, указав их взаимосвязь и специфические особенности; на основе сравнительного анализа текстов учебников по педагогике, указанных в списке литературы, и своего представления о проблемах образования в XX и XXI вв. приведите аргументы, выскажите ключевые идеи в защиту сохранения термина «воспитание в широком его значении» как термина, включающего в себя понятие «образование», и наоборот: термин «образование» должен включать в себя понятие «воспитание в широком его значении» и бытьбазовым; познакомьтесь с мнениями разных авторов о педагогике: науке и искусстве, ответьте на поставленные	2

	вопросы: попытайтесь, выступив в двух амплуа (сторонника и оппонента), доказать справедливость и необоснованность утверждений авторов; определите свою позицию по данному вопросу, используя содержание информации, полученную на лекции и семинарском занятии, продолжите предложения: педагогика – это наука, так как …, искусство в педагогике – это ….; проиллюстрируйте примерами связи педагогики с другими (смежными) науками.	
2.	**Семинарское занятие 2. Тема: Методы педагогического исследования.** **Задачи занятия:** 2. Рассмотреть классификацию методов педагогического исследования и их охарактеризовать. 3. Раскрыть логику и этапы педагогического исследования. **I. Вопросы:** 1. Какие методы исследования относят к теоретическим, а какие к эмпирическим? Укажите назначение каждой группы методов исследования. 2. Охарактеризуйте и проиллюстрируйте на примерах методы педагогического исследования. 3. Какова логика организации педагогического исследования? Дайте характеристику его этапов. 4. Нужно ли бакалавру по АФК самостоятельно проводить научно-педагогические исследования или это дело ученых? **Задания для самостоятельной работы:** дайте характеристику методов педагогического исследования (педагогическое наблюдение, беседа, анкетирование, педагогический эксперимент, тестирование): сущность метода, требования к применению, виды (при наличии), приведите примеры; заполните таблицу (см. учебное пособие, стр. 17); оцените степень сформированности у себя некоторых профессионально-значимых качеств личности (см. учебное пособие, стр. 17), проанализируйте результаты самооценки и сделайте соответствующие выводы; предложите коллеги оценить по данным критериям степень сформированности у вас качеств, проанализируйте результаты рейтинга и сделайте соответствующие выводы, сравните результаты ауторейтинга и рейтинга степени сформированности профессионально-значимых качеств личности, сделайте соответствующие выводы; разработайте вопросы для беседы с целью изучения причин интереса к одной из дисциплин, читаемых в Университете, проведите устный опрос группы студентов, охарактеризуйте выявленные в ходе беседы причины интереса; на основе аналитического подхода к характеристике одного из учебно-тренировочных занятий выделите 1-2 достоинства и 1-2 недостатка в содержании занятия или в проявлении педагогом одного из профессионально-значимых качеств личности;; сформулируйте одну из педагогических проблем, требующих изучения и проведения исследования (предварительно ознакомившись с публикациями журналов «Теория и практика физической культуры», «Адаптивная физическая культура» «Физическая культура в школе», «Педагогика» и др.). Определите тему, объект, предмет исследования, цель, задачи, методы педагогического исследования.	2
3.	**Семинарское занятие 3. Тема: Развитие личности** **Задачи занятия:** 1. Сформировать понятия о биологической,	2

	социальной сущности личности. 2. Раскрыть движущие силы и основные закономерности развития личности. 3. Рассмотреть основные факторы, влияющие на развитие и формирование личности; взаимосвязь процессов развития и воспитания. I. **Вопросы:** 1. В чем сущность развития человека и формирования его личности? 2. Каковы движущие силы развития личности? 3. Назовите основные общие закономерности развития. 4. Покажите роль каждого фактора в развитии личности. Проиллюстрируйте это примерами. 5. Как влияет деятельность на развитие личности? 6. Что значит учитывать возрастные особенности развития личности в педагогическом процессе? Проиллюстрируйте свой ответ примерами из собственной практики. 7. Что значит учитывать индивидуальные особенности личности в педагогическом процессе? Проиллюстрируйте свой ответ примерами из собственной практики. II. **Задания для самостоятельной работы:** покажите общее и различие в понятиях развитие личности и формирование личности; покажите на примере собственного опыта занятий спортивной деятельностью взаимовлияние процессов обучения и развития; воспитания и развития; познакомьтесь с содержанием основных концепций о природе, источниках и факторах развития человека: попытайтесь, выступив в двух амплуа (сторонника и оппонента) доказать справедливость и необоснованность данных концепций, определите свою позицию по данному вопросу, используя содержание таблицы и информацию, полученную на учебных занятиях; ознакомьтесь с информацией, взятой из различных источников (см. учебно-методическое пособие стр.27-28), на примере представленной информации покажите несостоятельность или справедливость той или иной концепции; выявите способности личности к саморазвитию, а также факторы, стимулирующие и препятствующие обучению, развитию и саморазвитию личности, используя предложенные методики, определите для себя систему мер, способствующих преодолению, устранению препятствующих саморазвитию факторов; напишите мини-сочинение «Я как индивид, личность, индивидуальность», закончите предложения (см. учебно-методическое пособие стр.28), заполните таблицу «Особенности развития черт личности детей школьного возраста» (см. учебно-методическое пособие стр.28); проанализируйте педагогическую ситуацию (см. учебно-методическое пособие стр.29); приведите из собственного опыта спортивной, учебной или профессиональной деятельности примеры учета преподавателем физической культуры индивидуальных особенностей воспитанников.	
4, 5.	**Семинарское занятие 4. Тема: Обучение в образовательном процессе. Принципы обучения** **Задачи занятия:** 1. Сформировать понятие о сущности процесса обучения, его этапах. 2. Сформировать понятия о сущности и значении дидактических принципов в учебно-воспитательном процессе. 2. Рассмотреть пути реализации каждого принципа обучения. **I. Вопросы:**	2

	1. Что понимается под принципами обучения и правилами их реализации, в чем их важность для учебного процесса? Назовите систему принципов обучения. 2. Раскройте сущность принципа единства образовательных, развивающих и воспитательных функций обучения. Почему на занятиях физической культурой и спортом важно осуществлять воспитание и какие задачи при этом решаются? 3. Раскройте сущность каждого из принципов обучения и перечислите правила, выполнение которых обеспечивают его реализацию. 4. Раскройте связи и зависимости, существующие между принципами единства образовательных, развивающих и воспитательных функций обучения и сознательности и активности, сознательности и активности и наглядности, между другими принципами по выбору. **II. Задания для самостоятельной работы:** допишите правильные ответы на следующие вопросы: принцип …. (назвать принцип обучения по выбору) требует …, с целью реализации этого принципа необходимо установить связи между принципами …, а в процессе обучения соблюдать следующие правила …; Как повысить сознательность и активность учеников при выполнении учебного задания?; разработайте возможные пути реализации одного из принципов обучения на учебно-тренировочном занятии по базовому виду спорта.	
6.	**Семинарское занятие 5. Содержание образования** **Задачи занятия:** 1. Сформировать понятие о сущности, компонентах содержания образования, федеральном государственном образовательном стандарте. 2. Рассмотреть нормативные документы, определяющие содержание образования. 3. Рассмотреть систему образования в РФ. 4. Раскрыть типы образовательных учреждений. I. Вопросы: 1. Какова сущность содержания образования, и какие существуют подходы к его определению? 2. Из каких основных компонентов складывается содержание образования? 3. Что включает в себя система образования? 4. Назовите типы учреждений системы образования в РФ. 5. Что понимают под федеральным государственным образовательным стандартом и каково его значение? 6. Назовите нормативные документы, регламентирующие содержание образования. 7. Охарактеризуйте известные Вам типы учебных планов. 8. Назовите виды учебных программ и способы их построения. **II. Задания для самостоятельной работы:** ознакомьтесь с базисным учебным планом образовательных учреждений РФ, какие особенности вы можете отметить, какие тенденции в развитии содержания образования он отражает; разработайте план одного факультативного занятия с целью повышения интереса к предмету «физическая культура»; дайте перечень тем, которые будут раскрыты теоретически и проиллюстрированы практически, т.е. выполнением физических упражнений; определите перспективы развития содержания общего образования, используя	2

	литературные источники; определите главные отличия содержания образования в разных типах учебных заведений	
7.	**Семинарское занятие № 6. Методы и технологии обучения.** **Задачи занятия:** 1. Сформировать понятие о сущности и возможностях методов и технологий обучения в решении задач образования, развития и воспитания учащихся. **I. Вопросы:** 1. Раскройте сущность понятий «классификация методов обучения», «методы обучения», «методический прием обучения», «средства обучения». 2. Дайте характеристику словесных, наглядных, практических методов обучения. 3. При решении каких дидактических задач особенно успешно можно использовать словесные методы, наглядные, практические? 4. Как влияет возраст на выбор методов обучения? 5. Приведите пример ситуации учебного процесса на учебном или учебно-тренировочном занятии по базовым видам ФК с оптимальным выбором методов и приемов обучения. Обоснуйте пример. 6. Дайте характеристику методов обучения по характеру познавательной деятельности учащихся в процессе обучения. 7. Приведите пример того, как можно использовать объяснительно-иллюстративный, репродуктивный или частично-поисковый методы обучения в процессе изучения элементов техники в одном из базовых видов спорта. 8. Раскройте понятие «педагогические технологии», их отличие от понятия «методика обучения» и их сходство. **II. Задания для самостоятельной работы:** дайте характеристику словесных, наглядных, практических методов обучения по следующей схеме: сущность метода обучения, условия успешного его применения; предложите возможные пути решения поставленных задач (см. пособие стр. 66-67)	2
8.	**Семинарское занятие № 7. Организационные формы обучения** **Задачи занятия:** 1. Раскрыть значение форм организации учебной работы в системе педагогического процесса. 2. Рассмотреть особенности основной формы организации учебной работы – урока и его взаимосвязи с другими формами организации обучения. **I. Вопросы:** 1. Раскройте понятие «форма обучения», ее особенности и значение. 2. Охарактеризуйте функции организационных форм обучения. 3. Определите признаки классно-урочной системы, особенности ее развития и дидактические требования к уроку. 4. Охарактеризуйте другие формы организации обучения и их значение. 5. Какие типы уроков физической культуры чаще всего встречаются в общеобразовательной школе? Влияет ли возраст учеников на выбор учителем типа урока? **II. Задания для самостоятельной работы:** в чем заключается различие между понятиями «форма организации обучения», «методы обучения», «средства обучения», проанализируйте полученные сведения по теме и определите достоинства и недостатки разнообразных форм организации обучения;	2

	приведите примеры использования разнообразных форм организации учебного процесса в опыте работы учителей по физической культуре, специалистов по адаптивной физической культуре, тренеров.	
9.	**Семинарское занятие 8. Воспитание в образовательном процессе.** **Задачи занятия:** 1. Рассмотреть сущность воспитательного процесса и его особенности. 2. Рассмотреть основные подходы к определению содержания воспитания (традиционный и личностно-ориентированный) и основные направления содержания воспитания. 3. Раскрыть требования принципов воспитания. 1. Вопросы 1. Раскройте сущность процесса воспитания и охарактеризуйте особенности, отличающие его от процесса обучения. 2. Какие факторы оказывают влияние на воспитательный процесс? В чем проявляются трудности и противоречия процесса воспитания? 3. Какова сущность содержания воспитания, и какие существуют подходы к его определению? **II. Задания для самостоятельной работы:** 1. Определите ориентиры и основные направления воспитания, используя нормативный документ «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» (законспектировать материал). 2. Определите конкретные качества личности и обязанности человека по выделенным направлениям (гражданин, семьянин, работник). 3. Раскройте и объясните содержание понятий и словосочетаний: гражданское и патриотическое воспитание, духовно-нравственное развитие, физическое развитие, экологическое воспитание, приобщение к здоровому образу жизни, приобщение к культурным ценностям. 4. Приведите примеры реализации принципов воспитания в опыте работы знакомых Вам учителей, тренеров или на учебном занятии в университете по базовым видам спорта (например, гимнастики).	2
10.	**Семинарское занятие 9. Средства и методы воспитания.** **Задачи занятия:** 1. Сформировать представление о средствах и методах воспитания. 2. Раскрыть классификацию методов воспитания и условия их выбора. **I. Вопросы** 1. Раскройте сущность методов формирования нравственного сознания и их значение в формирование личности. 2. Раскройте сущность методов организации жизни и деятельности воспитанников и формирования с их помощью нравственного поведения. 3. Охарактеризуйте методы коррекции. 4. Может ли какой-то отдельно взятый метод применяться изолированно, или он должен подкрепляться другими методами и приемами воспитания, взаимодействовать с ними? Покажите, от чего зависит выбор методов воспитания. 5. Охарактеризуйте понятие «средства воспитания». Приведите примеры взаимодействия методов и средств воспитания. **II. Задания для самостоятельной работы:** в чем заключается различие между понятиями «методы воспитания» и «методы обучения», объясните содержание терминов, характеризующих	2

	сознание и поведение: «взгляды», «убеждения», «умение», «навык», «привычка»; ознакомьтесь с предложенными педагогическими ситуациями, выберите методы воспитания для этой ситуации.	

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1-2	Лекция № 1. Педагогика как наука. Педагогика как наука об образовании (воспитании и обучении) человека. Предмет, объект педагогики. Задачи и функции педагогики. Основные категории педагогики: образование, воспитание, обучение, развитие и др. (педагогическая деятельность, педагогический процесс, педагогическая задача, образовательные технологии). Образование как общечеловеческая ценность и социокультурный феномен. Связь педагогики с другими науками. Система педагогических наук. Методы педагогического исследования.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
2	**Семинар 1. Методы педагогического исследования** **Задачи занятия:** 1. Восстановить в памяти студентов содержание лекции 1, раскрыть взаимосвязи между основными категориями педагогики. 1.2. Рассмотреть классификацию методов педагогического исследования и их охарактеризовать. 3. Раскрыть логику и этапы педагогического исследования. **I. Вопросы:** 1. Какие методы исследования относят к теоретическим, а какие к эмпирическим? Укажите назначение каждой группы методов исследования. 2. Охарактеризуйте и проиллюстрируйте на примерах методы педагогического исследования. 3. Какова логика организации педагогического исследования? Дайте характеристику его этапов. 4. Нужно ли бакалавру по АФК самостоятельно проводить научно-педагогические исследования или это дело ученых? **Задания для самостоятельной работы:** дайте характеристику методов педагогического исследования (педагогическое наблюдение, беседа, анкетирование, педагогический эксперимент, тестирование): сущность метода, требования к применению, виды (при наличии), приведите примеры; заполните таблицу (см. учебное пособие, стр. 17); оцените степень сформированности у себя некоторых профессионально-значимых качеств личности (см. учебное пособие, стр. 17), проанализируйте результаты самооценки и сделайте соответствующие выводы; предложите коллеги оценить по данным критериям степень сформированности у вас качеств, проанализируйте результаты рейтинга и сделайте соответствующие выводы, сравните результаты ауторейтинга и рейтинга степени сформированности профессионально-значимых качеств личности, сделайте соответствующие выводы; разработайте вопросы для беседы с целью изучения причин	2

	интереса к одной из дисциплин, читаемых в Университете, проведите устный опрос группы студентов, охарактеризуйте выявленные в ходе беседы причины интереса; на основе аналитического подхода к характеристике одного из учебно-тренировочных занятий выделите 1-2 достоинства и 1-2 недостатка в содержании занятия или в проявлении педагогом одного из профессионально-значимых качеств личности;; сформулируйте одну из педагогических проблем, требующих изучения и проведения исследования (предварительно ознакомившись с публикациями журналов «Теория и практика физической культуры», «Адаптивная физическая культура» «Физическая культура в школе», «Педагогика» и др.). Определите тему, объект, предмет исследования, цель, задачи, методы педагогического исследования.	
4, 5	**Семинар 2. Обучение в образовательном процессе. Принципы обучения** **Задачи занятия:** 1. Сформировать понятия о сущности образовательного процесса, его свойствах и закономерностях. 2. Сформировать понятие о сущности процесса обучения, его этапах и значении дидактических принципов в учебно-воспитательном процессе. 3. Рассмотреть пути реализации каждого принципа обучения. **I. Вопросы:** 1. Дайте характеристику компонентам образовательного процесса. 2. Приведите примеры закономерностей обучения и воспитания. 3. Какие функции выполняет процесс обучения. 4. Что понимается под принципами обучения и правилами их реализации, в чем их важность для учебного процесса? Назовите систему принципов обучения. 5. Раскройте сущность принципа единства образовательных, развивающих и воспитательных функций обучения. Почему на занятиях физической культурой и спортом важно осуществлять воспитание и какие задачи при этом решаются? 6. Раскройте сущность каждого из принципов обучения и перечислите правила, выполнение которых обеспечивают его реализацию. 7. Раскройте связи и зависимости, существующие между принципами единства образовательных, развивающих и воспитательных функций обучения и сознательности и активности, сознательности и активности и наглядности, между другими принципами по выбору. **II. Задания для самостоятельной работы: д**опишите правильные ответы на следующие вопросы: принцип …. (назвать принцип обучения по выбору) требует …, с целью реализации этого принципа необходимо установить связи между принципами …, а в процессе обучения соблюдать следующие правила …; Как повысить сознательность и активность учеников при выполнении учебного задания?; разработайте возможные пути реализации одного из принципов обучения на учебно-тренировочном занятии по базовому виду спорта.	2
7, 8	**Семинар 3. Методы и формы организации обучения.** **Задачи занятия: 1**. Сформировать понятие о сущности и возможностях методов и технологий обучения в решении задач	2

	образования, развития и воспитания учащихся. 2. Раскрыть значение форм организации учебной работы в системе педагогического процесса. 2. Рассмотреть особенности основной формы организации учебной работы – урока и его взаимосвязи с другими формами организации обучения. **I. Вопросы:** 1. Раскройте сущность понятий «классификация методов обучения», «методы обучения», «методический прием обучения», «средства обучения». 2. Дайте характеристику словесных, наглядных, практических методов обучения. 3. При решении каких дидактических задач особенно успешно можно использовать словесные методы, наглядные, практические? 4. Как влияет возраст на выбор методов обучения? 5. Приведите пример ситуации учебного процесса на учебном или учебно-тренировочном занятии по базовым видам ФК с оптимальным выбором методов и приемов обучения. Обоснуйте пример. 6. Дайте характеристику методов обучения по характеру познавательной деятельности учащихся в процессе обучения. 7. Приведите пример того, как можно использовать объяснительно-иллюстративный, репродуктивный или частично-поисковый методы обучения в процессе изучения элементов техники в одном из базовых видов спорта. 8. Раскройте понятие «педагогические технологии», их отличие от понятия «методика обучения» и их сходство. 9. Раскройте понятие и классификацию организационных форм обучения. 10. Назовите признаки классно-урочной системы обучения. особенности ее развития и дидактические требования к уроку. **II. Задания для самостоятельной работы:** дайте характеристику словесных, наглядных, практических методов обучения по следующей схеме: сущность метода обучения, условия успешного его применения; предложите возможные пути решения поставленных задач (см. пособие стр. 66-67). Определите достоинства и недостатки разнообразных форм организации обучения; приведите примеры использования разнообразных форм организации учебного процесса в опыте работы учителей по физической культуре, специалистов по адаптивной физической культуре, тренеров. Определите пути повышения эффективности урока.	

Неотъемлемой частью рабочей программы являются приложения. К рабочей программе прилагаются:

Приложение 1. Фонд оценочных средств по дисциплине.

Приложение 2. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Голованова, Н. Ф. Педагогика : учебник и практикум для вузов / Н. Ф. Голованова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 372 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01228-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/511716
2. Крившенко, Л. П. Педагогика : учебник и практикум для вузов / Л. П. Крившенко, Л. В. Юркина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 400 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07709-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/511310
3. Педагогика : учебник и практикум для вузов / С. В. Рослякова, Т. Г. Пташко, Н. А. Соколова ; под научной редакцией Р. С. Димухаметова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 219 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08194-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513061
4. Педагогика : учебник и практикум для вузов / Л. С. Подымова [и др.] ; под общей редакцией Л. С. Подымовой, В. А. Сластенина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01032-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/510663
5. Подласый, И. П. Педагогика : учебник для вузов / И. П. Подласый. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 576 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-03772-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/510438

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Климашин, И.К. Основы общей педагогики [Электронный ресурс] : учебное пособие / И.К. Климашин, С.О. Хрусталева). - Малаховка : [б. и.], 2017. – 84 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБС.
2. Коджаспирова, Г.М. Педагогика в схемах и таблицах [Текст] : учебное пособие / Г.М. Коджаспирова. - Изд. 2-е, перераб. и доп. - Москва : Проспект, 2016. - 245 с.
3. Крившенко, Л.П. Педагогика [Текст] : учебник и практикум / Л.П. Крившенко, Л.В. Юркина; Московский государственный областной университет. - Москва : Юрайт, 2015. - 363, [1] с.
4. Милорадова, Н. Г. Педагогика : учебное пособие для вузов / Н. Г. Милорадова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 119 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09827-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514309
5. Мухамедвалеева, Е. А. Педагогика : учебное пособие / Е. А. Мухамедвалеева. — Красноярск : СибГУ им. академика М. Ф. Решетнёва, 2021. — 92 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/195161. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
6. Педагогика : учебное пособие / составитель Т. Н. Чумакова. — Персиановский : Донской ГАУ, 2020. — 227 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/148554. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
7. Педагогика [Текст] : учебник / под ред. А. П. Тряпицыной. - Санкт-Петербург : Питер, 2014. - 304 с. : ил.
8. Педагогические технологии [Текст] : учебник и практикум для академического бакалавриата : в 3 ч. Ч. 1. : Образовательные технологии / под общ. ред. Л. В. Байбородовой, А. П. Чернявской. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2018. - 257, [1] с. : ил.

9. Педагогические технологии [Текст] : учебник и практикум для академического бакалавриата : в 3 ч. Ч. 2 : Образовательные технологии / под общ. ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2018. - 233, [1] с. : ил.
10. Педагогические технологии [Текст] : учебник и практикум для академического бакалавриата : в 3 ч. Ч. 3 / под общ. ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2018. - 218, [1] с. : ил.
11. Столяренко, Л.Д. Педагогика в вопросах и ответах [Текст] : учебное пособие / Л.Д. Столяренко. - Москва : Проспект, 2016. - 160 с.
12. Щуркова, Н.Е. Педагогика. Воспитательная деятельность педагога [Текст] : учебное пособие / Н.Е. Щуркова. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2017. - 365, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»,

необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для преподавания дисциплины Педагогика имеется необходимое материально-техническое обеспечение (специально оборудованный кабинет, мультимедийные комплекты).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра теории и методики физической культуры

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Теория и методика физической культуры

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
**49.03.02 – Физическая культура лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)**

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 – Физическая культура лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«30» августа 2022г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ Курамшин Ю.Ф.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Доцент кафедры ТиМФК,
К.п.н, профессор Титорова О.Н.
к.п.н., доцент Липовка А.Ю.

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения, на 1 курсе заочной формы обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Обучение	ОПК-4. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся
Развитие	ОПК-7. Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций
Научные исследования	ОПК-12. Способен проводить исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования.
Планирование	ОПК-13. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-4. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся	ОПК – 4.1 Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных	Знания: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов,

	сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре;	эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре
	ОПК-4.2. Умеет: - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования;	Умения: - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования;
	ОПК-4.3. Имеет - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола	Навыки: - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола;
ОПК-7. Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций	ОПК-7.1. Знает: - виды физических качеств и факторы, их определяющие;	Знания: - виды физических качеств и факторы, их определяющие;
	ОПК-7.3. Имеет опыт: - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; - планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся;	Навыки: - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся;
ОПК-12. Способен проводить исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования.	ОПК-12.1. Знает: - роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планирования, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств; - направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта; - тенденции развития физической культуры и спорта; - направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-	Знания: - роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планирования, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств; - направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта; - тенденции развития физической культуры и спорта; - направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы,

	методологические установки) в исследовании физической культуры; - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; - основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта; - научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования; - теоретические основы и технологию организации научно-исследовательской и проектной деятельности; - назначение и область применения основных методов исследования в физической культуре и спорте; - алгоритм построения педагогического эксперимента;	конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры; - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; - основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта; - научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования; - теоретические основы и технологию организации научно-исследовательской и проектной деятельности; - назначение и область применения основных методов исследования в физической культуре и спорте; - алгоритм построения педагогического эксперимента;
	ОПК-12.2. Умеет: - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - использовать научную терминологию; - использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента;	Умения: - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - использовать научную терминологию; - использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента;
	ОПК-12.3. Имеет опыт: - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;	Навыки: - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;
ОПК-13. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	ОПК-13.1. Знает: - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и	Знания: - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и

	дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;	дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;
	ОПК-13.2. Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; − описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени;	Умения: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; − описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени;
	ОПК-13.3. Имеет опыт: - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий	Навыки: - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); -

	(кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.	планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		54	-	54	-	-	-	-	-	-
В том числе:			-							
Занятия лекционного типа		20	-	20	-	-	-	-	-	-
Занятия семинарского типа (практические занятия)		34	-	34	-	-	-	-	-	-
Промежуточная аттестация (зачет)		6	-	6	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа студента		84	-	84	-	-	-	-	-	-
Общая трудоемкость	**часы**	**144**	-	144	-	-	-	-	-	-
	зачетные единицы	**4**	-	4	-	-	-	-	-	-

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		12	-	12	-	-	-	-	-	-	-
В том числе:			-		-	-	-	-	-	-	-
Занятия лекционного типа		6	-	6		-	-	-	-	-	-
Занятия семинарского типа (практические занятия)		6	-	6	-	-	-	-	-	-	-
Промежуточная аттестация (зачет)		4	-	4	-	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа студента		128	-	128	-	-	-	-		-	-
В том числе:		-	-	-							
Выполнение контрольной работы		20	-	20							
Общая трудоемкость	**часы**	**144**	-	144	-	-	-	-	-	-	-
	зачетные единицы	**4**	-	4	-	-	-	-	-	-	-

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Педагогический процесс и методы исследования в теории и методике физической культуры	Основы исследовательской деятельности. Алгоритм научного исследования. Работа с литературными источниками и Интернет-ресурсами. Постановка целей и задач научного исследования. Формирование гипотезы. Организация исследования. Использование педагогического наблюдения в практике физкультурно-оздоровительной работы. Виды педагогических наблюдений. Педагогический эксперимент. Методы получения и обработки первичной информации. Методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента;	Знания: - роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планирования, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств; - направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта; - тенденции развития физической культуры и спорта; - направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры; - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; - основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта; - научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования; - теоретические основы и технологию организации научно-исследовательской и проектной деятельности; - назначение и область применения основных методов исследования в физической культуре и спорте; - алгоритм построения педагогического эксперимента; - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-

			биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; Умения: - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - использовать научную терминологию; - использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента Умеет: - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования;
2.	Средства и методы формирования физической культуры личности	Понятие о средствах, их классификационная характеристика. Физические упражнения - основное специфическое средство при решении задач в области физической культуры. Суть и основные признаки физических упражнений. Понятие о содержании и форме физических упражнений. Содержание физического упражнения как совокупность составляющих действий, регуляторных и других процессов, определяющих его воздействие на занимающегося. Форма физического упражнения как способ его выполнения, характеризующейся внешней и внутренней структурой. Диалектика формы и содержания физического упражнения. Классификация физических упражнений и ее	Знания: - виды физических качеств и факторы, их определяющие; Навыки: - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся;

		значение. Эффект физических упражнений (ближайший, отставленный, кумулятивный). Зависимость эффекта физических упражнений от состояния занимающихся и различных условий их применения. Техника физических упражнений. Понятия “техника физических упражнений” и “спортивная техника”. Эталон и стандарт техники движений. Типовая и персональная индивидуализация техники. Стиль и манера техники исполнения физических упражнений. Классификация техники, её общая характеристика. Системно-структурный подход при анализе техники двигательных действий. Основа техники движений, её главное звено и детали. Кинематические, динамические и ритмические характеристики техники двигательных действий. Обобщенные (качественные) характеристики двигательных действий. Оздоровительные факторы природы и гигиенические условия как средства воздействия на физическое развитие, здоровье и работоспособность человека. Значение естественных факторов внешней среды (солнечная радиация, воздушная и водная среда, средне и высокогорье) для закаливания и оздоровления человека. Соблюдение гигиенических норм и требований к рациональному режиму жизни и условиям занятий как факторы повышения работоспособности и оптимизации восстановительных процессов. Роль вербальных (речевых), наглядных (сенсорных), материально-технических и других средств в педагогическом процессе. Понятие о методах формирования физической культуры личности. Проблема классификации методов в теории физической культуры. Состав методов физических упражнений, их систематика и ведущая роль при формировании двигательных умений, двигательных навыков и повышении функциональных возможностей организма занимающихся. Характеристика методов словесного, наглядного воздействия. Особенности использования методов идеомоторного и психорегулирующего упражнения. Методы целостного и расчлененного упражнения, их назначение, разновидности и особенности применения. Структурные основы	

		методов физических упражнений (нагрузка и отдых как составляющие компоненты методов упражнения; способы регламентации двигательной деятельности и подходы к освоению движений). Методы равномерного, переменного, повторного и интервального упражнения, их назначение и разновидности. Игровой и соревновательный методы, их специфические черты. Круговая тренировка как организационно-методическая форма занятий. Методы организации учебно-воспитательной деятельности занимающихся физическими упражнениями. Общие требования к выбору и применению методов. Методические принципы занятий физическими упражнениями. Значение общепедагогических принципов для понимания научно-практических основ занятий физическими упражнениями. Сущность принципов сознательности и активности; их значение для управления отношением занимающихся к процессу обучения и воспитания. Основные правила их реализации в процессе занятий физическими упражнениями. Сущность принципов наглядности, доступности и индивидуализации; их значение для оптимального выбора и методической адаптации учебного материала, нагрузок и других требований применительно к возможностям занимающихся. Основные правила их реализации в процессе занятий физическими упражнениями. Сущность принципов систематичности и динамичности их значение для оптимального построения занятий и обеспечения необходимой тенденции в изменении их содержания. Основные правила их реализации в процессе занятий физическими упражнениями: регулярность занятий и оптимальное чередование нагрузок с отдыхом; повторность и вариативность; последовательность и взаимосвязь между различными сторонами содержания занятий; необходимость регулярного обновления заданий с общей тенденцией к росту нагрузок и усложнению требований.	

		Современные научные представления и практические данные, раскрывающие закономерности, лежащие в основе указанных положений. Основные факторы, обусловливающие особенности реализации указанных принципов (возрастные факторы, степень предварительной подготовленности, условия основной деятельности и т.д.). Принципы, выражающие специфические закономерности занятий физическими упражнениями. Принцип непрерывности и его значение в управлении процессом чередования нагрузки и отдыха. Принцип прогрессирования воздействий и правила его реализации, обеспечивающие планомерный переход объекта педагогического воздействия с одного качественного уровня на более высокий. Принцип цикличности, определяющий структурную упорядоченность учебно-воспитательного процесса. Микроструктура (микроциклы), мезоструктура (мезоциклы), макроструктура (макроциклы), их виды, продолжительность и направленность. Принцип возрастной адекватности педагогического воздействия, выражающий целенаправленное регулирование меры воспитательного воздействия на различных этапах индивидуального развития человека.	
3.	Обучение двигательным действиям	Понятие “обучение”, его сущность и содержание. Общая характеристика процесса обучения двигательным действиям. Характеристика основополагающих теорий обучения. Двигательные действия как предмет обучения в процессе занятий физическими упражнениями. Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения. Закономерности формирования двигательных умений и навыков как естественная основа построения процесса обучения двигательным действиям. Отличительные черты двигательных умений и навыков. Взаимодействие двигательных навыков, их типы. Двигательные ошибки, их	Навыки: - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; - планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся;

		классификация, причины возникновения, способы предупреждения и исправления. Структура процесса обучения двигательным действиям и логики его этапов. Проблема создания предпосылок готовности к обучению двигательным действиям. Этап начального разучивания. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Внутренняя структура этапа и его продолжительность. Контроль и самоконтроль. Пути предупреждения и правила устранения ошибок. Оптимальная частота отдельных упражнений и занятий, нормирование нагрузок и отдыха при начальном становлении новых двигательных умений и перестройке сформированных навыков. Этап углубленного разучивания. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Внутренняя структура этапа и его продолжительность. Особенности контроля и самоконтроля на этапе углубленного разучивания. Пути предупреждения и правила устранения ошибок. Оптимальный режим основных упражнений, частота занятий и общее нормирование нагрузки и отдыха, способствующие углубленному разучиванию двигательных действий. Этап совершенствования. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Специфические отличия этого этапа при обучении различным двигательным действиям. Контроль и самоконтроль на этапе совершенствования двигательных действий. Воспитание социально-личностных качеств занимающихся в процессе занятий физическими упражнениями: целеустремленности, организованности, трудолюбия, ответственности, коммуникативности, толерантности. Единство физической и психической активности человека в процессе физкультурно-спортивной деятельности - объективная основа воспитания свойств личности. Роль и место физической культуры в формировании различных сфер личности: мотивационной, интеллектуальной, эмоциональной, волевой и др. Основные и воспитательные аспекты в деятельности преподавателя физической культуры при развитии социально-личностных качеств.	

		Характеристики связей (прямые и обратные, положительные и отрицательные, непосредственные и опосредованные) между различными компонентами воспитания и сторонами развития личности в общей системе воспитания. Активность и самостоятельность занимающихся как фактор формирования личности. Значение физкультурно-спортивных потребностей, мотивов, интересов, установок, ценностных ориентаций, мировоззрений на повышение активности и самостоятельности обучаемых на занятиях по физической культуре. Задачи, содержание и пути нравственного воспитания. Воспитывающая роль коллектива. Основы методики воспитания волевых качеств личности в процессе физкультурной деятельности. Самовоспитание. Задачи и содержание умственного воспитания. Средства и методы воспитания интеллектуальных способностей в сфере физической культуры. Задачи и содержание эстетического воспитания. Основные методические пути эстетического воспитания в процессе занятий физическими упражнениями. Личность преподавателя - важный фактор воспитания занимающихся физическими упражнениями. Требования к профессиональным способностям, подготовленности и мастерству преподавателя.	
4.	Развитие физических способностей	Общая характеристика физических способностей как вида способностей человека. Понятие о физических качествах, их виды. Взаимосвязь физических качеств и способностей. Общие закономерности развития физических способностей (качеств). Развитие силовых способностей. Понятие о силовых способностях. Формы проявления силовых способностей. Факторы, определяющие уровень развития и проявления силовых способностей. Критерии и способы оценки силовых способностей. Общие задачи по развитию силовых способностей и особенности их конкретизации в зависимости от возраста, пола, ведущего направления физического воспитания в различные периоды жизни и от других обстоятельств. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для развития	Знания: - виды физических качеств и факторы, их определяющие; Умеет: - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций; Навыки: - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся;

		собственно силовых способностей. Средства развития силовых способностей: типичные признаки упражнений, являющихся основными средствами развития силы; обобщенная характеристика их состава на различных этапах занятий физическими упражнениями. Дополнительные средства воздействия на развитие силы (общее представление об электростимуляционных, диетологических и других факторах). Методы развития силовых способностей. Правила нормирования нагрузки и отдыха при использовании силовых упражнений в рамках отдельного занятия и серии занятий. Развитие скоростных способностей. Понятие о скоростных способностях. Формы их проявления. Факторы, определяющие уровень развития и проявления скоростных способностей. Критерии и способы оценки различных скоростных способностей. Задачи, типичные средства, отличительные черты методики развития быстроты простой и сложной двигательных реакций. Методика развития быстроты одиночного движения и частоты движений. Задачи, средства и методы развития скорости движений. Причины стабилизации скорости движений, пути его предупреждения и преодоления, особенности силовой и технической подготовки в связи с развитием быстроты движений. Развитие скоростно-силовых способностей Отличительные черты скоростно-силовых способностей. Формы их проявления. Оценка скоростно-силовых способностей в физкультурной практике. Типичные особенности скоростно-силовых упражнений (“взрывные усилия” в динамическом и статическом режимах работы мышц, движения “ударного” характера и др.). Основные требования к упражнениям и условиям их выполнения. Методические подходы и методические приемы при развитии скоростно-силовых способностей. Правила регламентации и нормирования нагрузок в отдельном занятии и системе занятий, направленных на увеличение степени развития скоростно-силовых способностей и на поддержание достигнутого уровня их развития. Развитие выносливости. Обобщенное понятие о выносливости	

		как комплексе функциональных возможностей, определяющих способность человека противостоять утомлению в процессе двигательной деятельности. Главные факторы выносливости, их структура. Многообразие форм проявления и основные типы выносливости. Перенос выносливости. Факторы, определяющие уровень развития и проявления выносливости. Абсолютные и относительные показатели выносливости. Критерии и способы оценки выносливости. Задачи и состав средств развития выносливости. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для развития выносливости. Методические подходы и приемы, основанные на преимущественно избирательном и целостном воздействии на факторы, определяющие выносливость. Пути направленного воздействия на аэробные, анаэробные, силовые и другие “компоненты” выносливости. Особенности развития выносливости в аспекте общей и специальной подготовки. Отличительные черты подбора и применения средств развития выносливости в процессе общей и прикладной физической подготовки. Проблема развития выносливости, адекватной особенностям различных видов деятельности. Взаимосвязь развития выносливости с другими физическими качествами. Развитие координационных способностей. Понятие о координационных способностях как комплексных психомоторных способностях человека и его связь с понятием “ловкость”. Многообразие форм проявления координационных способностей. Факторы, определяющие уровень развития и проявления координационных способностей. Критерии оценки координационных способностей. Общие задачи по развитию координационных способностей и их особенности в зависимости от возраста, пола и других условий. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для развития координационных способностей. Типичные признаки упражнений, являющихся основными средствами развития координационных способностей; обобщенная характеристика их состава. Регулярное расширение и обновление фонда двигательных умений и	

		навыков как главная линия в развитии координационных способностей на первых стадиях занятий физическими упражнениями. Основные методические подходы, методы и приемы, используемые в процессе развития данных способностей. Особенности режима занятий, нормирования нагрузки и отдыха при необходимости обеспечить ускоренное развитие или сохранение достигнутой степени развития координационных способностей. Причины и формы излишней мышечной напряженности при выполнении физических упражнений. Упражнения на расслабление. Другие средства, методы и приемы преодоления нерациональной мышечной напряженности. Причины нарушения равновесия при выполнении физических упражнений. Упражнения на равновесие. Другие средства, методы и методические приемы повышения позостатической и динамической устойчивости. Задачи, средства, методы и методические приемы совершенствования “чувства пространства”, “чувства времени”, пространственной и временной точности, ритма движений в процессе занятий физическими упражнениями. Развитие гибкости. Обобщенное понятие о гибкости как об особом физическом качестве человека. Виды гибкости и факторы, определяющие уровень развития и проявления гибкости. Особенности развития гибкости в онтогенезе. Критерии и способы оценки гибкости. Возрастные этапы, наиболее благоприятные для направленного воздействия на развитие гибкости. Задачи и средства развития гибкости. Типичные черты упражнений на растягивание, краткая характеристика их состава. Другие средства, используемые для направленного воздействия на развитие гибкости. Основные правила использования упражнений на растягивание в рамках отдельного занятия и серии занятий; правила нормирования связанных с ними нагрузок при необходимости увеличения показателей гибкости и в случае сохранения достигнутой степени её развития. Формирование осанки. Понятие об осанке. Значение осанки. Общие признаки и значение оптимальной осанки; факторы, определяющие её. Причины нарушений осанки, которые могут	

		быть исправлены средствами физического воспитания. Упражнения, направленные на формирование навыка рациональной осанки, ее закрепление и коррекцию нарушений осанки. Другие средства, способствующие развитию осанки. Основные методические правила использования упражнений на осанку, содействующие методические приемы и условия. Нормирование нагрузок при формировании, коррекции и закрепления осанки. Контроль за осанкой. Регулирование массы тела при занятиях физическими упражнениями. Возможности и задачи регулирования массы тела в процессе занятий физическими упражнениями. Методика упражнений, стимулирующих увеличение мышечной массы. Правила выбора и применения упражнений, направленных преимущественно на увеличение мышечной массы; особенности нормирования нагрузок. Дополнительные условия эффективности данных упражнений. Методика упражнений, способствующая уменьшению веса тела и оптимизации её структурных компонентов. Виды упражнений и типичные режимы их выполнения, связанные со значительными потерями веса. Особенности их использования в борьбе с ожирением. Особенности режимов силовых и других упражнений при необходимости поддерживать вес в пределах заданной нормы. Дополнительные условия эффективности упражнений, направленных на избавление от лишнего веса.	
5.	Организационно-технологические основы занятий физическими упражнениями	Разнообразие форм построения занятий как объективная необходимость практической реализации физической культуры. Роль одного занятия как самостоятельного звена реализации физической культуры, его связь с предшествующими и последующими занятиями. Понятия «система занятий», «урочные занятия», «неурочные занятия», особенности (признаки) урочных и неурочных занятий. Классификация уроков	Знания: - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; -

		(типы, виды, разновидности) по целевой направленности, по предметному содержанию, по преимущественному решению задач. Классификация неурочных занятий по целевой направленности, времени проведения, руководству, составу занимающихся. Содержание урока физической культуры: состав физических упражнений (предметное содержание), деятельность педагога, деятельность занимающихся в связи с выполнением физических упражнений. Физиологические и психические процессы как внутренняя сторона деятельности занимающихся (изменения в состоянии организма, в знаниях, умениях, навыках, качествах, поведении). Взаимосвязь и взаимообусловленность всех сторон содержания как целостного процесса. Структура урока (понятие, связь с содержанием). Уровни структуры урока. Макроструктура урока (общая), мезоструктура (типовая), микроструктура (конкретная). Подготовка педагога к уроку: разработка содержания и микроструктуры, оформление конспекта, личная речевая и двигательная подготовка, материально-техническое обеспечение урока, подготовка помощников педагога. Требования к содержанию и методике проведения урока. Современные педагогические технологии, применяемые в процессе проведения урока. Сущность, структура и функции организации занятий физическими упражнениями Составные части (компоненты) организации: планирование, контроль, учет, повышение квалификации руководителей занятий. Обеспечение проведения занятий физическими упражнениями. Планирование. Понятие о планировании. Специфические объекты планирования в физической культуре (конкретные выражения цели, задач в нормативах и тестах физической подготовленности, состав, порядок и способы использования основных средств, динамика физических нагрузок и т.д.). Виды планирования - перспективное, этапное (по этапам, четвертям, семестрам и т.п.) и оперативное. Характеристика принципов планирования как отправных положений и объективной основы для	целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; Навыки: - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся;

		обоснования и принятия решения: взаимосвязь различных форм организации занятий физическими упражнениями; систематичность процесса обучения; учет условий, в которых осуществляется процесс занятий физическими упражнениями (уровень подготовленности занимающихся, состояние здоровья, пол, возраст, материально-техническое обеспечение, климатогеографическое расположение и т.п.). Технология планирования: основные операции и их последовательность. Текстовые, графические, математические и другие формы планирования. Перспективный план, общая программа. Конкретизация официальных учебных планов и общей программы применительно к реальным условиям и особенностям контингента. Особенности разработки перспективного плана при отсутствии регламентирующих документов планирования. Основные показатели, подлежащие перспективному планированию, общие правила расчета показателей. Типовые и модифицированные формы перспективных планов. График годового (крупно циклового) плана. Основные правила распределения материала занятий, расчета параметров и динамики нагрузок, определения сроков выполнения контрольных задач. Формы годовых (крупно цикловых) графиков. Поэтапное планирование. Основные правила расчета количественных показателей этапных планов (четверть, период, семестр и т.п.), распределения материала занятий, параметров и динамики нагрузки, контрольных сроков. Формы этапных планов. Оперативное планирование. Целесообразная степень детализации показателей этапного плана на неделю (микроцикл) и отдельное занятие. Общие правила разработки недельного плана и плана-конспекта занятия; их формы. Непрерывная оперативная корректировка планов на основе результатов контроля. Контроль. Понятие контроля в процессе занятий физическими упражнениями. Объекты педагогического контроля: исходные данные, необходимые для планирования и рационального построения занятий; данные о характере, объеме и интенсивности	

		воздействий, осуществляемых в процессе занятий физическими упражнениями; данные о ближайших, отставленных и кумулятивных эффектах занятий. Текущий (оперативный) контроль. Основные показатели текущего контроля на протяжении занятия и при определении готовности к очередному занятию. Критерии, методы и приемы их регистрации и анализа. Текущая оценка успеваемости. Инструментально-аппаратурные средства текущего контроля. Этапный контроль. Основные показатели этапного контроля, методы их регистрации и учета. Оптимальная периодичность этапного контроля; основные условия, влияющие на содержание этапного контроля и его периодичность. Самоконтроль. Основные показатели самоконтроля, методика их регистрации и анализа. Единство педагогического, врачебного и самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями. Учет. Понятие об учете в процессе занятий физическими упражнениями. Объекты учета. Текущий (оперативный) и этапный учет. Методы и приемы регистрации показателей учета. Формы текущего и этапного учета. Цель, задачи повышения квалификации руководителей занятий. Формы повышения квалификации руководителей занятий: инструктажи, взаимное посещение занятий, пробные занятия, открытые уроки, инструкторско-методические и показные занятия, учебно-методические сборы, их содержание и методика проведения. Обеспечение проведения занятий физическими упражнениями. Виды обеспечения: финансовое, материальное, методическое (учебно-методическое и научно-методическое), медицинское, информационное, их назначение и содержание.	
6.	Физическая культура в системе дошкольного и общего образования	Социально-педагогическое значение физического воспитания дошкольников. Возрастная классификация детей дошкольного возраста. Характеристика физического и психического развития. Задачи, особенности содержания и методики, формы занятий физическими упражнениями в пренатальный и постнатальный	Знания: - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его

		период развития детей, в дошкольных учреждениях и в семье. Соотношение обязательных и дополнительных форм занятий физическими упражнениями в различных видах дошкольных учреждений. Подвижные игры как средство физического воспитания дошкольников. Профилактика нарушений осанки, особенностей закаливания. Оценка состояния здоровья дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями. Роль физической культуры в подготовке детей к обучению в школе. Характеристика программ по физической культуре детей дошкольного возраста. Социально-педагогическое значение физического воспитания детей школьного возраста. Типичные возрастные особенности и главные виды деятельности. Цель, задачи и направленность физического воспитания в школе. Особенности обучения движениям и развития физических способностей детей школьного возраста. Благоприятные предпосылки для обучения движениям и специфические трудности. Роль закономерностей возрастных изменений для развития физических способностей. Требования к обучению движениям и развитию физических способностей. Реализация методических принципов и особенности сочетания методов при обучении движениям и развитии физических способностей детей различного возраста. Особенности методики развития координационных, силовых, скоростных способностей, выносливости и гибкости. Проблема формирования осанки у детей разного возраста. Проблема физкультурной образованности детей, профессиональной компетентности учителей. Формы занятий физическими упражнениями их классификационная характеристика. Назначение и специфика уроков физического воспитания. Назначение, направленность и виды занятий в режиме учебного дня школы. Назначение, черты, виды и задачи внеклассных и внешкольных занятий, в семье. Основы занятий спортом с детьми. Роль спорта в физическом воспитании. Проблемы выбора предмета спортивной специализации и своевременного начала планомерной тренировки. Методические	объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; Навыки - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.

		требования к занятиям спортом детей. Содержание учебного предмета «Физическая культура». Общая характеристика содержания и структуры действующей программы. Место физического воспитания в учебном плане школы. Особенности содержания и структуры программы для младших, средних и старших классов. Проблемы авторских программ. Система планирования физического воспитания в школе. Классификационная характеристика, компоненты и системные связи. Планирование на учебные периоды. Назначение, требования и варианты планирования физического воспитания на учебную четверть. Особенности графического распределения учебного материала. Планирование содержания одного урока. Проблемы методического раскрытия программного материала и конкретизации задач, роль алгоритмов. Педагогический контроль, его значение и содержание. Педагогическое наблюдение и анализ урока; хронометрирование и анализ плотности урока (общей, двигательной); пульсометрия и анализ нагрузки в уроке. Анализ учебной документации, беседы с педагогом и учащимися. Контрольные испытания. Содержание учета и оценки успеваемости, методы и критерии оценки успеваемости. Требования и особенности методики успеваемости учащихся младших, средних, старших классов. Классный журнал и регистрации оценки успеваемости.	
7.	Физическая культура человека в различные периоды возрастного развития	Значение и особенности физической культуры в учреждениях среднего профессионального образования. Особенности содержания программ по предмету «Физическая культура» в системе среднего профессионального образования. Связь профессионально-прикладной направленности программ с базовым уровнем общей физической подготовленности. Сущность профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП). Цель, общие и специальные задачи ППФП, обусловленные характером и условиями профессиональной деятельности различных специалистов. Перенос результатов физкультурного образования на профессиональную деятельность. Основные положения, определяющие соответствие средств	Знания: - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования

		решения задач ППФП. Формы занятий физическими упражнениями и оптимальное построение их системы. Урочные и неурочные формы занятий. Методические особенности проведения различных форм занятий (специализация, моделирование требований профессиональной деятельности и т.д.). Роль спорта в решении задач ППФП. Проблемы выбора спортивной специализации, методические требования к занятиям спортом. Проблемы решения специальных задач в различных формах физкультурного образования в режиме учебного дня и в период производственной практики. Значение, цель и основные задачи физической культуры в учреждениях высшего профессионального образования. Формы организации физкультурного образования студентов. Учебные (обязательные, консультативно-методические, индивидуальные) и вне учебные занятия (в режиме учебного дня, в секциях, клубах, массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия), их особенности и методическая направленность. Структура и особенности содержания учебных программ по физической культуре в вузах. Распределение студентов по учебным отделениям. Учебный материал, включаемый в теоретический, методический и практический разделы курса для студентов основного, специального отделений и отделения спортивного совершенствования. Особенности методики занятий со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья. Система контрольных и зачетных требований к студентам по семестрам и годам обучения. Роль спорта при решении задач физкультурного образования студентов. Спортивная ориентация, требования к занятиям спортом. Особенности занятий спортом, направленных к высшим спортивным достижениям, в период обучения в вузе. Профессионально-прикладная физическая подготовка в вузе, особенности ее содержания и построения в зависимости от построения в зависимости от профиля избранной профессии. Особенности учебной, научной, организационной и финансово-хозяйственной деятельности кафедры физического воспитания вуза. Специфические	образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; Умения: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; – описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; Навыки: - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной

		особенности работы преподавателя кафедры физического воспитания вуза. Физическая культура в жизни людей молодежного, зрелого, старшего и пожилого возраста. Возрастные границы молодежного и зрелого возраста. Особенности физического развития и физической подготовленности человека в данный период. Социально-биологические факторы, обуславливающие направленное использование отдельных форм физической культуры людьми молодого и зрелого возраста в различные периоды их жизни. Оптимальный объем ежедневных и недельных физических нагрузок при организации и проведении занятий с данным контингентом занимающихся. Значение и задачи физической культуры в молодом и зрелом возрасте. Особенности использования основных форм физической культуры. Физическая культура в режиме трудового дня (производственная гимнастика, вводная гимнастика, физкультурная пауза). Физическая культура в условиях повседневного быта и отдыха (базовая физическая культура, гигиеническая и рекреативная физическая культура оздоровительно-реабилитационная физическая культура, оздоровительный спорт). Профессионально-прикладная физическая культура. Взаимосвязь основных форм физической культуры в молодом и зрелом возрасте. Возрастные границы пожилого и старшего возраста. Характеристика возрастно-инволюционных изменений отельных функций и систем организма в период старения человека. Значение физической культуры для профилактики возрастных нарушений и восстановления дееспособности организма, снизившейся под влиянием возрастной инволюции. Основные задачи физической культуры в пожилом и старшем возрасте. Характеристика типичных видов физических упражнений, адекватных возможностям стареющего организма. Особенности организации и методики. Контроль над здоровьем и физической подготовленностью занимающихся физическими упражнениями в период поступательно развития, относительной стабилизации развития	организации.

		и в период замедленного развития. Особенности занятий с данным контингентом занимающихся. Технология контроля над состоянием занимающихся в период старения организма.	

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекции	Кол-во часов
1	№ 1. Введение в теорию физической культуры. Основные понятия теории физической культуры: «физическая культура», «физкультурное движение», «физкультурное образование», «физическое воспитание», «спорт», «физическое развитие», «физическая рекреация», «двигательная реабилитация», «физическая подготовленность», «физическое совершенство». Взаимосвязь понятий «культура – физическая культура». Теория физической культуры как наука и учебная дисциплина. Тенденции формирования теории физической культуры в системе знаний о физической культуре. Структура теории физической культуры как науки, ее место и взаимосвязь с другими науками, методологическое, познавательное и практическое значение. Предмет, цель, задачи и содержание учебного курса «Теория и методика физической культуры», её интегрирующая роль и место в системе высшего профессионального образования. Проблематика и перспективы формирования обобщающей теории в сфере физической культуры. Значение теории физической культуры для студентов и выпускников образовательных учреждений физической культуры.	2
	№ 2. Физическая культура как предмет научного познания. Методология исследований в области физической культуры и уровни ее реализации: философский, общенаучный, конкретно-научный и технологический уровень. Объект, предмет и задачи научного исследования в области физической культуры. Классификация научных исследований: теоретические, экспериментальные, фундаментальные и прикладные (поисково-прикладные, научно-исследовательская работа, опытно-педагогические разработки). Методы исследования в области физической культуры (общенаучные, теоретические, эмпирические), требования к их выбору. Характеристика отдельных исследовательских подходов, применяемые в теории физической культуры: системного, комплексного, целостного, личностного, деятельностного и др. Структура и логика научного исследования в области физической культуры.	2
	№ 3. Общая характеристика физической культуры как социальной системы.	2

	Физическая культура как вид культуры личности и общества. Социальная сущность физической культуры, механизмы ее возникновения и развития. Значение, взаимосвязи, потребности и деятельность во всестороннем развитии человека. Потребности и деятельность во всестороннем развитии человека. Потребности личности и общества в культуре физической и социальные виды деятельности, удовлетворяющие эту потребность. Докультурные и культурные причины физического развития. Естественные и социальные потребности в движениях и двигательной деятельности и их роль во всестороннем физическом развитии людей различного возраста. Социальные процессы и проблемы в сфере физической культуры. Физическая культура как социальная система, ее ведущая роль в рационализации физкультурной практики. Основы и определяющие черты отечественной системы физической культуры. Концептуальные основы системы физической культуры. Системообразующий фактор, факторы и условия, определяющие построение и функционирование системы физической культуры в обществе. Физкультурная деятельность как способ бытия человека и фактор его духовного и физического развития. Цель функционирования системы физической культуры. Формирование физической культуры личности как основная цель функционирования системы физической культуры, ее обусловленность общественными потребностями и уровнем индивидуального культурного развития человека. Современные взгляды о понятии «физическая культура личности». Структурные модели физической культуры личности. Специфические особенности педагогического процесса при формировании физической культуры личности, его структурные компоненты. Основные подходы и концепции к формированию физической культуры личности. Задачи функционирования системы физической культуры. Характеристика задач, связанных с физкультурным образованием человека, с управлением его физическим развитием и направленным формированием личностных свойств и качеств в процессе занятий физическими упражнениями. Конкретизация основных задач применительно к содержанию и специфике физкультурной деятельности, индивидуальным особенностям, возрастным закономерностям обучаемых и другим условиям Общие принципы формирования физической культуры личности: непрерывности развития; целостного развития; деятельностного подхода; вариативности и многообразия; оптимизации. Структура физической культуры и методология ее определения. Виды и разновидности физической культуры, их соотношение друг с другом и связь с основными сферами жизнедеятельности человека. Социальные функции физической культуры, их виды. Основные социальные факторы и условия развития физической культуры.	
2	№ 4. Средства и методы формирования физической культуры личности Понятие о средствах, их классификационная характеристика. Физические упражнения - основное специфическое средство при решении задач в области физической культуры. Суть и основные признаки физических упражнений. Понятие о содержании и форме физических упражнений. Содержание физического упражнения как совокупность составляющих действий, регуляторных и других	2

	процессов, определяющих его воздействие на занимающегося. Форма физического упражнения как способ его выполнения, характеризующейся внешней и внутренней структурой. Диалектика формы и содержания физического упражнения. Классификация физических упражнений и ее значение. Примеры наиболее распространенных классификаций в теории и практике физкультурно-спортивной деятельности. Эффект физических упражнений (ближайший, отставленный, кумулятивный). Зависимость эффекта физических упражнений от состояния занимающихся и различных условий их применения. Техника физических упражнений. Понятия “техника физических упражнений” и “спортивная техника”. Эталон и стандарт техники движений. Типовая и персональная индивидуализация техники. Стиль и манера техники исполнения физических упражнений. Классификация техники, её общая характеристика. Системно-структурный подход при анализе техники двигательных действий. Основа техники движений, её главное звено и детали. Кинематические, динамические и ритмические характеристики техники двигательных действий. Обобщенные (качественные) характеристики двигательных действий. Оздоровительные факторы природы и гигиенические условия как средства воздействия на физическое развитие, здоровье и работоспособность человека. Значение естественных факторов внешней среды (солнечная радиация, воздушная и водная среда, средне и высокогорье) для закаливания и оздоровления человека. Соблюдение гигиенических норм и требований к рациональному режиму жизни и условиям занятий как факторы повышения работоспособности и оптимизации восстановительных процессов. Роль вербальных (речевых), наглядных (сенсорных), материально-технических и других средств в педагогическом процессе. Характеристика понятий “метод”, “методический прием”, “методика”, “методическое направление”, “методический подход”. Проблема классификации методов в теории физической культуры. Состав методов физических упражнений, их систематика и ведущая роль при формировании двигательных умений, двигательных навыков и повышении функциональных возможностей организма занимающихся. Характеристика методов словесного, наглядного воздействия. Особенности использования методов идеомоторного и психорегулирующего упражнения. Методы целостного и расчлененного упражнения, их назначение, разновидности и особенности применения. Структурные основы методов физических упражнений (нагрузка и отдых как составляющие компоненты методов упражнения; способы регламентации двигательной деятельности и подходы к освоению движений). Методы равномерного, переменного, повторного и интервального упражнения, их назначение и разновидности. Игровой и соревновательный методы, их специфические черты. Круговая тренировка как организационно-методическая форма занятий. Методы организации учебно-воспитательной деятельности занимающихся физическими упражнениями. Общие требования к выбору и применению методов: научная обоснованность; соответствие принципам и поставленным задачам	

	обучения, воспитания и развития, специфике учебного материала, индивидуальным особенностям занимающихся, возможностям педагога, условиям занятий.	
3	№ 5. Методические принципы занятий физическими упражнениями Значение общепедагогических принципов для понимания научно-практических основ занятий физическими упражнениями. Сущность принципов сознательности и активности; их значение для управления отношением занимающихся к процессу обучения и воспитания. Основные правила их реализации в процессе занятий физическими упражнениями. Сущность принципов наглядности, доступности и индивидуализации; их значение для оптимального выбора и методической адаптации учебного материала, нагрузок и других требований применительно к возможностям занимающихся. Основные правила их реализации в процессе занятий физическими упражнениями. Сущность принципов систематичности и динамичности их значение для оптимального построения занятий и обеспечения необходимой тенденции в изменении их содержания. Основные правила их реализации в процессе занятий физическими упражнениями: регулярность занятий и оптимальное чередование нагрузок с отдыхом; повторность и вариативность; последовательность и взаимосвязь между различными сторонами содержания занятий; необходимость регулярного обновления заданий с общей тенденцией к росту нагрузок и усложнению требований. Современные научные представления и практические данные, раскрывающие закономерности, лежащие в основе указанных положений. Основные факторы, обусловливающие особенности реализации указанных принципов (возрастные факторы, степень предварительной подготовленности, условия основной деятельности и т.д.).	2
	№ 6. Основные закономерности процесса обучения двигательным действиям Характеристика структуры процесса обучения двигательным действиям Понятие “обучение”, его сущность и содержание. Общая характеристика процесса обучения двигательным действиям. Характеристика основополагающих теорий обучения. Двигательные действия как предмет обучения в процессе занятий физическими упражнениями. Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения. Закономерности формирования двигательных умений и навыков как естественная основа построения процесса обучения двигательным действиям. Отличительные черты двигательных умений и навыков. Взаимодействие двигательных навыков, их типы. Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения, способы предупреждения и исправления. Структура процесса обучения двигательным действиям и логики его этапов. Проблема создания предпосылок готовности к обучению двигательным действиям. Этап начального разучивания. Цель, задачи и особенности	2

	использования средств и методов. Внутренняя структура этапа и его продолжительность. Контроль и самоконтроль. Пути предупреждения и правила устранения ошибок. Оптимальная частота отдельных упражнений и занятий, нормирование нагрузок и отдыха при начальном становлении новых двигательных умений и перестройке сформированных навыков. Этап углубленного разучивания. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Внутренняя структура этапа и его продолжительность. Особенности контроля и самоконтроля на этапе углубленного разучивания. Пути предупреждения и правила устранения ошибок. Оптимальный режим основных упражнений, частота занятий и общее нормирование нагрузки и отдыха, способствующие углубленному разучиванию двигательных действий. Этап совершенствования. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Специфические отличия этого этапа при обучении различным двигательным действиям. Контроль и самоконтроль на этапе совершенствования двигательных действий.	
4	№ 7. Основные закономерности развития физических способностей. Роль и место физической культуры в формировании личностных качеств. Общая характеристика физических способностей, как вида способностей человека. Понятие о физических качествах, их виды. Взаимосвязь физических качеств и способностей. Общие закономерности развития физических качеств. Единство физической и психической активности человека в процессе физкультурно-спортивной деятельности - объективная основа воспитания свойств личности. Роль и место физической культуры в формировании различных сфер личности: мотивационной, интеллектуальной, эмоциональной, волевой и др. Основные и воспитательные аспекты в деятельности преподавателя физической культуры при развитии личностных качеств. Характеристики связей (прямые и обратные, положительные и отрицательные, непосредственные и опосредованные) между различными компонентами воспитания и сторонами развития личности в общей системе воспитания. Активность и самостоятельность занимающихся как фактор формирования личности. Значение физкультурно-спортивных потребностей, мотивов, интересов, установок, ценностных ориентаций, мировоззрений на повышение активности и самостоятельности обучаемых на занятиях по физической культуре. Задачи, содержание и пути нравственного воспитания. Воспитывающая роль коллектива. Основы методики воспитания волевых качеств личности в процессе физкультурной деятельности. Самовоспитание. Задачи и содержание умственного воспитания. Средства и методы воспитания интеллектуальных способностей в сфере физической культуры. Задачи и содержание эстетического воспитания. Основные методические пути эстетического воспитания в процессе занятий физическими упражнениями. Личность преподавателя - важный фактор воспитания занимающихся физическими упражнениями. Требования к профессиональным способностям, подготовленности и мастерству преподавателя.	2
5	№ 8. Общая характеристика форм построения занятий физическими упражнениями.	2

	Разнообразие форм построения занятий как объективная необходимость практической реализации физической культуры. Роль одного занятия как самостоятельного звена реализации физической культуры, его связь с предшествующими и последующими занятиями. Понятия «система занятий», «урочные занятия», «неурочные занятия», особенности (признаки) урочных и неурочных занятий. Классификация уроков (типы, виды, разновидности) по целевой направленности, по предметному содержанию, по преимущественному решению задач. Классификация неурочных занятий по целевой направленности, времени проведения, руководству, составу занимающихся. Содержание урока физического воспитания: состав физических упражнений (предметное содержание), деятельность педагога, деятельность занимающихся в связи с выполнением физических упражнений. Физиологические и психические процессы как внутренняя сторона деятельности занимающихся (изменения в состоянии организма, в знаниях, умениях, навыках, качествах, поведении). Взаимосвязь и взаимообусловленность всех сторон содержания как целостного процесса. Структура урока (понятие, связь с содержанием). Уровни структуры урока. Макроструктура урока (общая), мезоструктура (типовая), микроструктура (конкретная). Подготовка педагога к уроку: разработка содержания и микроструктуры, оформление конспекта, личная речевая и двигательная подготовка, материально-техническое обеспечение урока, подготовка помощников педагога. Требования к содержанию и методике проведения урока.	
	№ 9. Планирование и контроль в физической культуре. Сущность, структура и функции организации занятий физическими упражнениями Составные части (компоненты) организации: планирование, контроль, учет, повышение квалификации руководителей занятий. Обеспечение проведения занятий физическими упражнениями. Планирование. Понятие о планировании. Специфические объекты планирования в физической культуре (конкретные выражения цели, задач в нормативах и тестах физической подготовленности, состав, порядок и способы использования основных средств, динамика физических нагрузок и т.д.). Виды планирования - перспективное, этапное (по этапам, четвертям, семестрам и т.п.) и оперативное. Характеристика принципов планирования как отправных положений и объективной основы для обоснования и принятия решения: взаимосвязь различных форм организации занятий физическими упражнениями; систематичность процесса обучения; учет условий, в которых осуществляется процесс занятий физическими упражнениями (уровень подготовленности занимающихся, состояние здоровья, пол, возраст, материально-техническое обеспечение, климатогеографическое расположение и т.п.). Технология планирования: основные операции и их последовательность. Текстовые, графические, математические и другие формы планирования. Перспективный план, общая программа. Конкретизация официальных учебных планов и общей программы применительно к реальным условиям и особенностям контингента. Особенности разработки	2

	перспективного плана при отсутствии регламентирующих документов планирования. Основные показатели, подлежащие перспективному планированию, общие правила расчета показателей. Типовые и модифицированные формы перспективных планов. График годового (крупно циклового) плана. Основные правила распределения материала занятий, расчета параметров и динамики нагрузок, определения сроков выполнения контрольных задач. Формы годовых (крупно цикловых) графиков. Поэтапное планирование. Основные правила расчета количественных показателей этапных планов (четверть, период, семестр и т.п.), распределения материала занятий, параметров и динамики нагрузки, контрольных сроков. Формы этапных планов. Оперативное планирование. Целесообразная степень детализации показателей этапного плана на неделю (микроцикл) и отдельное занятие. Общие правила разработки недельного плана и плана-конспекта занятия; их формы. Непрерывная оперативная корректировка планов на основе результатов контроля. Контроль. Понятие контроля в процессе занятий физическими упражнениями. Объекты педагогического контроля: исходные данные, необходимые для планирования и рационального построения занятий; данные о характере, объеме и интенсивности воздействий, осуществляемых в процессе занятий физическими упражнениями; данные о ближайших, отставленных и кумулятивных эффектах занятий. Текущий (оперативный) контроль. Основные показатели текущего контроля на протяжении занятия и при определении готовности к очередному занятию. Критерии, методы и приемы их регистрации и анализа. Текущая оценка успеваемости. Инструментально-аппаратурные средства текущего контроля. Этапный контроль. Основные показатели этапного контроля, методы их регистрации и учета. Оптимальная периодичность этапного контроля; основные условия, влияющие на содержание этапного контроля и его периодичность. Самоконтроль. Основные показатели самоконтроля, методика их регистрации и анализа. Единство педагогического, врачебного и самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями. Учет. Понятие об учете в процессе занятий физическими упражнениями. Объекты учета. Текущий (оперативный) и этапный учет. Методы и приемы регистрации показателей учета. Формы текущего и этапного учета. Повышения квалификации руководителей занятий. Цель и задачи повышения квалификации руководителей занятий. Формы повышения квалификации руководителей занятий: инструктажи, взаимное посещение занятий, пробные занятия, открытые уроки, инструкторско-методические и показные занятия, учебно-методические сборы, их содержание и методика проведения. Обеспечение проведения занятий физическими упражнениями. Виды обеспечения: финансовое, материальное, методическое (учебно-методическое и научно-методическое), медицинское, информационное, их назначение и содержание.	
6,7	№ 10. Социально-педагогическое значение физической культуры детей дошкольного и школьного возраста. Физическая культура в жизни людей различного возраста. Социально-педагогическое значение физического воспитания	2

	дошкольников. Возрастная классификация детей дошкольного возраста. Характеристика физического и психического развития. Задачи, особенности содержания и методики, формы занятий физическими упражнениями в пренатальный и постнатальный период развития детей, в дошкольных учреждениях и в семье. Соотношение обязательных и дополнительных форм занятий физическими упражнениями в различных видах дошкольных учреждений. Подвижные игры как средство физического воспитания дошкольников. Профилактика нарушений осанки, особенностей закаливания. Оценка состояния здоровья дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями. Роль физической культуры в подготовке детей к обучению в школе. Характеристика программ по физической культуре детей дошкольного возраста. Социально-педагогическое значение физического воспитания детей школьного возраста. Типичные возрастные особенности и главные виды деятельности. Цель, задачи и направленность физического воспитания в школе. Особенности обучения движениям и развития физических способностей детей школьного возраста. Благоприятные предпосылки для обучения движениям и специфические трудности. Роль закономерностей возрастных изменений для развития физических способностей. Требования к обучению движениям и развитию физических способностей. Реализация методических принципов и особенности сочетания методов при обучении движениям и развитии физических способностей детей различного возраста. Особенности методики развития координационных, силовых, скоростных способностей, выносливости и гибкости. Проблема формирования осанки у детей разного возраста. Проблема физкультурной образованности детей, профессиональной компетентности учителей. Формы занятий физическими упражнениями. Классификационная характеристика форм. Назначение и специфика уроков физического воспитания. Назначение, направленность и виды занятий в режиме учебного дня школы. Назначение, черты, виды и задачи внеклассных и внешкольных занятий, физическая культура в семье. Основы специализированных занятий спортом с детьми. Роль спорта в физическом воспитании. Проблемы выбора предмета спортивной специализации и своевременного начала планомерной тренировки. Методические требования к занятиям спортом. Значение и особенности физкультуры в средних специальных учебных заведениях. Характеристика особенностей содержания действующих программ по предмету «Физическая культура» в системе среднего профессионального образования. Связь профессионально-прикладной направленности программ с базовым уровнем общей физической подготовленности. Сущность профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП). Цель, общие и специальные задачи ППФП, обусловленные характером и условиями профессиональной деятельности различных специалистов. Перенос результатов физкультурного образования на	

	профессиональную деятельность. Основные положения, определяющие соответствие средств решения задач ППФП. Формы занятий физическими упражнениями и оптимальное построение их системы. Урочные и неурочные формы занятий. Методические особенности проведения различных форм занятий (специализация, моделирование требований профессиональной деятельности и т.д.) Роль спорта в решении задач ППФП. Проблемы выбора спортивной специализации, методические требования к занятиям спортом. Проблемы решения специальных задач в различных формах физкультурного образования в режиме учебного дня и в период производственной практики. Значение, цель и основные задачи физической культуры в высших учебных заведениях. Формы организации физкультурного образования студентов. Учебные (обязательные, консультативно-методические, индивидуальные) и вне учебные занятия (в режиме учебного дня, в секциях, клубах, массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия), их особенности и методическая направленность. Структура и особенности содержания учебных программ по физической культуре в вузах. Распределение студентов по учебным отделениям. Учебный материал, включаемый в теоретический, методический и практический разделы курса для студентов основного, специального отделений и отделения спортивного совершенствования. Особенности методики занятий со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья. Система контрольных и зачетных требований к студентам по семестрам и годам обучения. Роль спорта при решении задач физкультурного образования студентов. Спортивная ориентация, требования к занятиям спортом. Особенности занятий спортом, направленных к высшим спортивным достижениям, в период обучения в вузе. Профессионально-прикладная физическая подготовка в вузе, особенности ее содержания и построения в зависимости от построения в зависимости от профиля избранной профессии. Особенности учебной, научной, организационной и финансово-хозяйственной деятельности кафедры физического воспитания вуза. Специфические особенности работы преподавателя кафедры физического воспитания вуза. Возрастные границы молодежного и зрелого возраста. Особенности физического развития и физической подготовленности человека в данный период. Социально-биологические факторы, обуславливающие направленное использование отдельных форм физической культуры людьми молодого и зрелого возраста в различные периоды их жизни. Оптимальный объем ежедневных и недельных физических нагрузок при организации и проведении занятий с данным контингентом занимающихся. Значение и задачи физической культуры в молодом и зрелом возрасте. Физическая культура в режиме трудового дня (производственная гимнастика, вводная гимнастика, физкультурная пауза). Физическая культура в условиях повседневного быта и отдыха (базовая физическая культура, гигиеническая и рекреативная физическая культура	

	оздоровительно-реабилитационная физическая культура, оздоровительный спорт). Профессионально-прикладная физическая культура. Взаимосвязь основных форм физической культуры в молодом и зрелом возрасте. Возрастные границы пожилого и старшего возраста. Характеристика возрастно-инволюционных изменений отельных функций и систем организма в период старения человека. Значение физической культуры для профилактики возрастных нарушений и восстановления дееспособности организма, снизившейся под влиянием возрастной инволюции. Основные задачи физической культуры в пожилом и старшем возрасте. Характеристика типичных видов физических упражнений, адекватных возможностям стареющего организма. Особенности организации и методики. Контроль над здоровьем и физической подготовленностью занимающихся физическими упражнениями в период поступательно развития, относительной стабилизации развития и в период замедленного развития. Технология контроля над состоянием занимающихся в период старения организма.	

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА (практические занятия)

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	**1. Методология научных исследований в сфере физической культуры ТиМ ФК как научная и учебная дисциплина.** 1.Методы научного исследования в физической культуре. 2.Виды, технология написания и оформления самостоятельных учебно-исследовательских работ студентов по ТиМФК. Задание 1. Тест – основные понятия физической культуры. ТК 1.	2
2	**№ 2. Разработка модели техники двигательного действия** 1.Техника физического упражнения: определение, состав, структура. 2.Значение гигиенических и природных факторов как средств физической культуры. 3.Технология описания модели техники двигательного действия. Задание 1. Выбрать физическое упражнение, определить, что является его содержанием, сформулировать двигательную задачу данного двигательного действия. Задание 2. Записать описание модели техники выбранного физического упражнения, выделить основу техники и ведущее звено. Определить и перечислить гигиенические факторы и силы природы, которые влияют,	2

	либо могут изменять влияние данного физического упражнения на организм занимающегося. Домашнее задание: Составить модель техники двигательного действия (УИРС № 1 – ТК2): Выбрать и записать название физического упражнения (для каждого студента персональное задание). Сформулировать и записать двигательную задачу. Определить состав занимающихся (пол, возраст, подготовленность). Выделить элементы основы техники (одной чертой) и ведущее звено (двумя чертами). Описать образец (модель) техники.	
	№ 3. Методы и приемы обучения двигательным действиям и развития физических способностей. Технология подбора методов и методических приемов Основные группы методов и их функции. Критерии оптимального выбора методов 1.Методы, направленные на приобретение знаний, их классификация. 2.Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками, их классификационная характеристика. 3.Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие физических способностей, их характеристика. 4.Нагрузка и отдых как специфические компоненты методов совершенствования физических способностей. 5.Особенности регламентации нагрузки и отдыха в методах развития физических способностей (равномерном, переменном, повторном, интервальном и их варианты, варианты «круговой тренировки»). Задание: подобрать средства и методические приемы: а) использования слова и звукового воздействия; б) обеспечения наглядности; в) выполнения практического упражнения. Дать примеры их применения на разных этапах обучения двигательным действиям. Домашнее задание: Подготовить доклад на тему: «Методы, направленные на приобретение знаний», «Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками». Продолжительность – 5 мин.	2
3	**4. Технология составления программы обучения двигательному действию.**	2

	1.Виды и способы обеспечения готовности к обучению двигательному действию. 2.Факторы, являющиеся обязательными при управлении процессом обучения двигательным действиям. 3.Правила формулирования задач обучения двигательным действиям. 4.Технология составления программы обучения двигательному действию Домашнее задание: Разработать программу обучения выбранному физическому упражнению (УИРС № 2) – ТК 3. Программа должна включать задачи, средства и методические приемы обучения, предупреждения ошибок, проверки и оценивания результатов запланированных действий.	
4	**1.Виды (формы проявления) силовых способностей.** Задачи, средства и методические приемы развития силовых способностей (по формам проявления). Способы измерения и критерии оценки уровня развития силовых способностей. Задание: подобрать способ измерения (функциональную пробу или тест или контрольное упражнение) различных форм проявления силовых способностей, взятых из предложенного списка, Определить критерии оценки (в абсолютных показателях – количественные требования, либо в относительных – показатели прироста результатов). ТК-4. Тест -2. Физические способности.	2
	№ 6. Технология составления программы развития силовых способностей 1.Определение понятия силовых способностей, факторы, определяющие уровень их проявления. 2.Виды (формы проявления) силовых способностей. 3.Задачи, средства и методические приемы развития силовых способностей (по формам проявления). 4.Способы измерения и критерии оценки уровня развития силовых способностей. Задание: Разработать программу развития силовых способностей в соответствии с предложенным заданием. (УИРС №3) – ТК 5.	2

	№ 7. Программирование действий по реализации процесса развития скоростных способностей 1.Определение понятия скоростных способностей, факторы, определяющие уровень их проявления. 2.Виды (формы проявления) скоростных способностей. 3.Задачи, средства и методические приемы развития скоростных способностей (по формам проявления). 4.Способы измерения и критерии оценки уровня развития скоростных способностей. Задание: Разработать программу развития скоростных способностей в соответствии с предложенным заданием. Например: Развивать частоту (темп) движения для бега на короткие дистанции. (УИРС № 4) ТК 6.	2
	№ 8. Программирование действий по реализации процесса развития выносливости 1.Определение понятия выносливости, факторы, определяющие уровень проявления. 2.Виды (формы проявления) выносливости. 3.Задачи, средства и методические приемы развития выносливости (по формам проявления). 4.Способы измерения и критерии оценки уровня развития выносливости. Задание: Разработать программу развития выносливости в соответствии с предложенным заданием. Например: Развивать общую выносливость для кроссового бега. (УИРС № 5) - ТК 7.	2
	№ 9. Программирование действий по реализации процесса развития координационных способностей 1.Определение понятия координационных способностей, факторы, определяющие уровень их проявления. 2.Виды (формы проявления) координационных способностей. 3.Задачи, средства и методические приемы развития координационных способностей (по формам проявления). 4.Способы измерения и критерии оценки уровня развития координационных способностей. Задание: Разработать программу развития координационных способностей в соответствии с предложенным заданием (УИРС № 6)	2

	ТК 8.	
	№ 10. Программирование действий по реализации процесса развития гибкости 1.Обобщенное понятие о гибкости, факторы определяющие уровень развития гибкости. 2.Особенности развития гибкости в онтогенезе. 3.Средства и методы развития гибкости. 4.Формирование навыка рациональной осанки. 5.Регулирование массы тела. Задание: Разработать программу формирования (коррекции) осанки или программу устранения избыточной массы тела. (УИРС № 7) –ТК 9 –	2
5	**№ 11. Программирование действий по организации и методике проведения занятий урочного типа и учебно-воспитательной работы на уроке.** 1.Содержание и структура урочных занятий, их виды. 2.Основы организации деятельности занимающихся на уроке. 3.Правила дозирования и регулирования нагрузки. Задание: Подобрать способы организации занимающихся на уроке. Программирование действий по планированию учебно-воспитательной работы на уроке 1.Технология планирования Технология годового планирования в учреждениях общего образования. Технология составления плана учебно-воспитательной работы на учебную четверть. Правила формулирования общих задач учебно-воспитательной работы на учебную четверть. 2.Технология составления конспекта урока Домашнее задание: Составить четверной план. Составить конспект урока (УИРС № 8) –ТК 10.	2
	№ 12. Контроль эффективности педагогического процесса на	2

	занятиях по физической культуре 1.Подготовка преподавателя к уроку. 2.Технология педагогического анализа занятия урочного типа Задание: Провести педагогический анализ урока после просмотра видеозаписи. Оценить по следующим критериям: организация урока, методика проведения, поведение педагога	
	№ 13. Программирование действий по планированию занятий физическими упражнениями, контроль на занятиях физической культуры. 1.Основные показатели планирования занятий физическими упражнениями. 2.Технология разработки документов планирования. 3.Последовательность действий по обоснованию управленческого решения. Основные показатели текущего и оперативного контроля, критерии, методы и приемы регистрации и анализа. Методика хронометрирования занятия и проведения пульсометрии, оценка распределения нагрузки на занятии. Задание: Записать методику определения общей и моторной плотности занятия.	2
	№ 14. Педагогический анализ урока. 1. Пульсометрия. 2. Хронометрирование 3. Педагогическое наблюдение. Задание: Выполнить хронометрирование урока по видеозаписи. Заполнить протокол, рассчитать общую и моторную плотность занятия, сделать выводы и рекомендации по уроку.	2
6	**№ 15. Программирование действий по методике проведения занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста** 1.Профилактика нарушений осанки. 2.Методические особенности закаливания. 3.Оценка состояния здоровья дошкольников в процессе занятий	2

	физическими упражнениями. Задание: Разработать программу обучения плаванию детей грудного возраста.	
7	**№ 16. Программирование действий по методике проведения занятий физическими упражнениями с детьми школьного возраста** 1.Особенности обучения двигательным действиям детей с различным типом нервной системы. 2.Технология реализация методических принципов и сочетания методов при обучении движениям детей различного возраста. Задание: Определить порядок сочетания методов и приемов обучения двигательным действиям детей с различным типом нервной системы. Составить таблицу «Сенситивные периоды развития основных физических способностей в школьный период» ТК 11. Разработка проекта профилактики и коррекции нарушения осанки.	2
5,6	**№ 17. Программирование действий по формулированию общих задач учебно-воспитательной работы на учебную четверть** 1.Технология годового планирования в учреждениях общего образования. 2.Технология составления плана учебно-воспитательной работы на учебную четверть. 3.Правила формулирования общих задач учебно-воспитательной работы на учебную четверть. **Физическая культура человека в различные периоды возрастного развития Цель, задачи, специфика и содержание физической культуры в различные периоды возрастного развития.** 1. Средства физической культуры в различные периоды возрастного развития. 2. Характеристика нагрузки и ее эффектов в различные периоды возрастного развития. Критерии выбора нагрузок в процессе физкультурно-оздоровительных занятий. 3. Формы занятий, особенности использования их с людьми разных половозрастных и социальных групп. Изучить программу по физической культуре для класса в соответствие с заданием. Сформулировать общие задачи учебно-воспитательной работы на учебную четверть для назначенного класса (Рубежный контроль 1).	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	Кол-во часов
1,2,3	Лекция № 1. Методология научного исследования в теории и методике физической культуры. Методы в теории и методике физической культуры. Физические упражнения – основное средство физической культуры. Форма, содержание физического упражнения. Классификация физических упражнений. Основы обучения движениям. Этапы обучения, формулировка общих и частных задач обучения.	2
4	Лекция № 2. Физические способности и методика их развития. Принципы, этапы, закономерности развития физических способностей. Гетерохронность и неравномерность в развитии физических способностей. Сенситивные периоды в развитии физических способностей. Силовые способности, скоростные способности, выносливость, гибкость, координационные способности.	2
5,6,7	Лекция № 3. Планирование и контроль в физической культуре. Сущность, структура и функции организации занятий физическими упражнениями Составные части (компоненты) организации: планирование, контроль, учет, повышение квалификации руководителей занятий. Обеспечение проведения занятий физическими упражнениями. Планирование. Понятие о планировании. Специфические объекты планирования в физической культуре (конкретные выражения цели, задач в нормативах и тестах физической подготовленности, состав, порядок и способы использования основных средств, динамика физических нагрузок и т.д.). Виды планирования - перспективное, этапное (по этапам, четвертям, семестрам и т.п.) и оперативное. Характеристика принципов планирования как отправных положений и объективной основы для обоснования и принятия решения: взаимосвязь различных форм организации занятий физическими упражнениями; систематичность процесса обучения; учет условий, в которых осуществляется процесс занятий физическими упражнениями (уровень подготовленности занимающихся, состояние здоровья, пол, возраст, материально-техническое обеспечение, климатогеографическое расположение и т.п.).	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА (практические занятия)

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов

1,2,3	№1. Методология научных исследований в сфере физической культуры ТиМ ФК как научная и учебная дисциплина. Средства и методы формирования физической культуры личности 1. Средства формирования физической культуры личности 2. Методы формирования физической культуры личности Задание: законспектировать темы: ✓Характеристики техники физических упражнений ✓Двигательные ошибки Обучение двигательным действиям 1. Закономерности формирования двигательного навыка Структура процесса обучения Домашнее задание: «Разработка модели двигательного действия и программы обучения двигательному действию» (УИРС 1) – ТК 1	2
4	№ 2. Развитие физических способностей 1. Силовые способности и методика их развития 2. Скоростные способности и методика их развития 3. Координационные способности и методика их развития 4. Выносливость и методика ее развития 5. Гибкость и методика ее развития Деловая игра Задание: законспектировать темы: ✓ Принципы развития двигательных способностей. ✓ Основные закономерности развития двигательных (физических) способностей. ✓ Примеры переноса двигательных способностей ✓Физическая нагрузка Методы совершенствования двигательных (физических) способностей Домашнее задание: письменная работа «Программа направленного развития двигательных (физических) способностей учащихся определенного класса» (по выбору студента) выполнения требований учебной программы к уровню их подготовки (фрагмент четвертного плана-графика учебной работы по физическому воспитанию). Разработка программы развития кондиционных способностей – ТК 2.	2
5,6,7	№ 3. Организационно-технологические основы занятий физическими упражнениями Составные части (компоненты) организации 1. Планирование, контроль, учет, повышение квалификации руководителей занятий. 2. Виды и содержание обеспечение проведения занятий физическими упражнениями. 3. Задачи, особенности содержания и методики в системе дошкольного образования 4. Формы занятий физическими упражнениями в дошкольном возрасте	2*

	5. Задачи, особенности содержания и методики в системе общего образования 6. Формы занятий физическими упражнениями в школьном возрасте Задание: законспектировать темы: «Шаги» (последовательность) конкретизации общей образовательной задачи в уроке физической культуры – пять «шагов». Домашнее задание: Проект по профилактике и коррекции нарушений осанки – ТК 3	

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514804
2. Литвинов, С. А. Методика обучения физической культуре. Календарно-тематическое планирование : учебное пособие для вузов / С. А. Литвинов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 413 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11125-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/516923
3. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры : учебник / Л.П. Матвеев. - 4-е изд. - Москва : Спорт, 2021. - 516, [1] с.
4. Рубин, В.С. Разделы теории и методики физической культуры : учебное пособие / В.С. Рубин. - 2-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2020. - 101 с. : схем.
5. Рыбакова, Е.О. Теория и методика физической культуры : учебное пособие / Е.О. Рыбакова, Т.В. Кугушева; Министерство спорта Российской Федерации ; Чайковский государственный институт физической культуры, Кафедра теории и методики физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности. - Чайковский : ЧГИФК, 2018. – 272 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/515146
2. Двейрина, О.А. Теория и методика физической культуры: программирование и планирование развития физических способностей [Текст] : учебное пособие / О.А. Двейрина; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2015. - 89 с.
3. Двейрина, О.А. Теория и методика физической культуры: программирование и планирование двигательного обучения [Текст] : учебное пособие / О.А. Двейрина; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2015. - 87 с. : ил.
4. Кадыров, Р.М. Теория и методика физической культуры [Текст] : учебное пособие / Р.М. Кадыров, Д.В. Морщинина. - Москва :Кнорус, 2016. - 132 с. : ил.
5. Кузнецов, В.С. Теория и методика физической культуры [Текст] : учебник / В.С. Кузнецов. - Москва : Академия, 2012. - 409, [1] с. : ил.
6. Масалова, О.Ю. Теория и методика физической культуры : учебник / О.Ю. Масалова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2018. - 572 с.
7. Морозова, Л.Д. Теория и методика физического развития дошкольников : учебное пособие / Л.Д. Морозова; Московский городской педагогический университет. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2020. - 167 с.
8. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов : учебное пособие / М.С. Эммерт, О.О. Фадина, И.Н. Шевелева, О.А. Мельникова. - Москва : Советский спорт, 2021. - 116 с. : ил.

9. Теоретические основы физической культуры : учебное пособие для вузов / А. А. Горелов, О. Г. Румба, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 194 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14341-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/519864
10. Теория и методика физической культуры [Текст] : учебник / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - [4-е изд., стер.]. - Москва : Советский спорт, 2010. - 464 с. : ил.
11. Туревский, И.М. Физическая подготовка. Сдача нормативов комплекса ГТО : учебное пособие для вузов / И.М. Туревский, В.Н. Бородаенко, Л.В. Тарасенко. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2021. - 145, [1] с. : ил.
12. Физическая культура : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по всем направлениям / Е.В. Конеева, А.А. Зайцев, В.К. Пельменев [и др.]; под редакцией Е. В. Конеевой. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2022. - 598, [1] с. : ил.
13. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] : учебник / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 12-е изд., испр. - Москва : Академия, 2014. - 478, [1] с. : ил.

6. **ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»,** необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для применения мультимедиа-технологии аудиторные занятия проводятся в специально-оборудованных аудиториях, обеспеченных:

1. Мультимедиа-проектором;
2. Стационарным экраном;
3. Ноутбуком с операционной системой Windows XP (или выше);
4. Программным обеспечением, позволяющим показывать схемы, видеофильмы, презентации;
5. Жалюзи, позволяющие создать эффект кинотеатра.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра биомеханики

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Биомеханика двигательной деятельности

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура лиц с отклонениями в состоянии здоровья
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» июня 2022 г., протокол №17

Зав. кафедрой _____ **Самсонова А.В.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол №01

Авторы-разработчики:
профессор, канд.биол.наук, доцент Кичайкина Н.Б.

Санкт-Петербург 2022

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на II курсе в 3 семестре по очной форме обучения, на II курсе в 4 семестре по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(экзамен).***

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Обучение и развитие	ОПК-4. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся.
Развитие	ОПК-7. Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций.
Планирование	ОПК-13. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикаторов достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-4.	ОПК-4.1. - механические характеристики тела человека и его движений.	Знает: - механические характеристики тела человека и его движений.
	ОПК-4.2. - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека.	Умеет: - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека;
	ОПК-4.3. - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека.	Имеет опыт: - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека.
ОПК – 7.	ОПК-7.1. - виды физических качеств и факторы, их определяющие.	Знает: - виды физических качеств и факторы, их определяющие.
	ОПК-7.2. - учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья.	Умеет: - учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья.
	ОПК-7.3.	Имеет опыт:

	- владеть современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся.	- владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся;
ОПК – 13.	ОПК-13.1. -биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; -биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.	<u>Знает:</u> - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; -биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.
	ОПК-13.2. - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.	<u>Умеет:</u> - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.
	ОПК-13.3. - биомеханического анализ статических положений и движений человека.	<u>Имеет опыт:</u> - биомеханического анализа статических положений и движений человека.

2. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися										
В том числе:										
Занятия лекционного типа		20			20					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		34			34					
Промежуточная аттестация (экзамен)		18			18					
Самостоятельная работа студента		36			36					
Общая трудоемкость	**часы**	**108**			108					
	зачетные единицы	**3**			3					

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися										
В том числе:										
Занятия лекционного типа		2				2				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		8				8				
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		9				9				
Самостоятельная работа студента		89				89				
В том числе выполнение контрольной работы		20				20				
Общая трудоемкость	**часы**	**108**				108				
	зачетные единицы	**3**				3				

3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

3.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Предмет биомеханики. История развития биомеханики. Опорно-двигательный аппарат (ОДА) как биомеханическая система, в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья.	Биомеханика ОДА человека. Строение и функции биомеханической системы аппарата движения. Биомеханические пары и цепи. Степени свободы и связи. Биомеханические свойства мышц. Трехкомпонентная модель мышцы. Характеристические кривые мышечного сокращения.	Знает: - механические характеристики тела человека и его движений (ОПК - 4.1) - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека (ОПК – 13.1) Умеет: - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений (ОПК – 4.2) - учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья (ОПК – 7.2) Имеет опыт: - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека (ОПК – 4.3)
2.	Силы, действующие на аппарат движения человека, в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья.	Силы внешние и внутренние. Относительность этого понятия. Сила тяжести тела. Сила реакции опоры. Упругие силы (внешние и внутренние). Силы инерции (внешние и внутренние).	Знает: - механические характеристики тела человека и его движений (ОПК – 4.1) - виды физических качеств и факторы, их определяющие (ОПК – 7.1) Умеет: - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений (ОПК – 4.2) - учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья (ОПК – 7.2) Имеет опыт: - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека (ОПК -4.3) - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся (ОПК-7.3)
3.	Биомеханика статических положений, в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья.	Статическое положение, как элемент спортивной техники. Условия равновесия звеньев тела при статической нагрузке. Моменты силы тяжести в сочленениях кинематической цепи. Механизм фиксации позы в статическом положении. Определение мышечных связей.	Знает: - механические характеристики тела человека и его движений (ОПК-4.1) - биомеханику статических положений и различных видов движений человека (ОПК-13.1) Умеет: - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений (ОПК-4.2) - оценивать эффективность статических положений и движений человека (ОПК-4.2) - учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья (ОПК-7.2)

		Виды устойчивости равновесия.	Имеет опыт: - биомеханического анализа статических положений и движений человека (ОПК – 13.3) - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся (ОПК-7.3)
4.	Биомеханические характеристики двигательных действий человека, в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья.	Кинематические характеристики поступательного и вращательного движения человека. Динамические характеристики, описывающие состояние биомеханической системы. Закономерности взаимосвязи биомеханических характеристики	Знает: - механические характеристики тела человека и его движений (ОПК – 4.1) - виды физических качеств и факторы, их определяющие (ОПК – 7.1) - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью (ОПК -13.1) Умеет: - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений (ОПК – 4.2) - учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья (ОПК – 7.2) Имеет опыт: - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека (ОПК – 4.3) - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся (ОПК – 7.3)
5.	Биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека, в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья.	Анализ механизма взаимодействия с опорой в локомоциях, анализ механизма вращения тела. Характеристика взаимодействия внешних и внутренних сил при взаимодействии с опорой. Биомеханические факторы, формирующие импульс силы отталкивания. Управление вращательным движением тела с изменением кинетического момента. Управление вращением тела с сохранением	Знает: - механические характеристики тела человека и его движений (ОПК – 4.1) - виды физических качеств и факторы, их определяющие (ОПК – 7.1) -биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью (ОПК – 13.1) Умеет: - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений (ОПК – 4.2) - учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья (ОПК – 7.2) - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью (ОПК – 13.2) Имеет опыт: - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека (ОПК – 4.3) - владения современными средствами, методами, приемами, техническими

		кинетического момента.	средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся (ОПК – 7.3)

3.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Предмет, история развития биомеханики. Основные понятия биомеханики. Биомеханика опорно-двигательного аппарата. Особенности строения и функций аппарата движения. Биокинематические пары и цепи. Степени свободы и связи. Звенья тела как рычаги. Особенности управления движения биокинематических цепей. Степени подвижности и границы подвижности.	2
1.	Лекция № 2. Мышцы как управляемый элемент аппарата движения. Типы мышечных волокон. Композиция мышечных волокон. Понятие о двигательной единицу. Биомеханические свойства мышц: сократимость, упругость, прочность, вязкость, релаксация. Трехкомпонентная модель мышц. Характеристические кривые мышц «длина-сила», «скорость-сила».	2
2.	Лекция № 3. Силы, действующие на аппарат движения человека. Понятие о внешних и внутренних силах. Относительность этого понятия. Сила тяжести. Сила реакции (внешняя и внутренняя). Сила трения (внешняя и внутренняя). Упругие силы (внешние и внутренние). Силы инерции (внешние и внутренние). Использование инерциионных сил в структуре движений как критерий эффективности техники двигательных действий	2
3.	Лекция № 4. Биомеханика статических положений. Статическое положение как важный элемент спортивной техники. Условия равновесия звеньев тела при статической нагрузке. Определение общего центра тяжести тела и центров тяжести отдельных кинематических звеньев тела. Силы, приложенные к аппарату движения при статической нагрузке. Реакция связи в суставе. Уравнения равновесия. Мышечные связи, фиксирующие сочленения кинематической цепи.	2
3.	Лекция № 5. Биомеханика статических положений. Моменты сил тяжести в сочленениях кинематической цепи. Определение нагрузки на мышцы, фиксирующие сустав. Механизм фиксации позы в статическом положении. Управление равновесием статического положения. Виды устойчивости равновесия биомеханической системы при статической нагрузке. Статический и динамический показатели устойчивости равновесия. Анализ дыхания в статическом положении. Роль собственно дыхательных и вспомогательно-дыхательных мышц в регуляция дыхательной функции	2
4.	Лекция № 6. Биомеханических характеристики двигательных действий человека. Кинематические характеристики характерных точек тела человека (пространственные, временные, пространственно-временные). Кинематические характеристики поступательного, вращательного, плоскопараллельного движения тела человека. Взаимосвязь кинематических параметров поступательного и вращательного движения человека. Роль кинематических характеристик в анализе и оценке техники спортивных движений.	2

4.	Лекция № 7. Биомеханические характеристики двигательных действий человека. Динамические характеристики, описывающие состояние биомеханической системы и закон поведения системы. Динамические характеристики, отражающие меру взаимодействия между телами: сила, момент силы, импульс силы, импульс моменты силы, работа силы, работа момента силы. Динамические характеристики, отражающие изменение состояния системы в результате взаимодействия: импульс тела (количество движения), кинетический момент, кинетическая энергия поступательного движения, кинетическая энергия вращательного движения человека. Закономерности взаимосвязи характеристик, отражающих меру взаимодействия тел и характеристик, отражающих изменения состояния тел после взаимодействия – как теоретическая основа вопросов управления двигательными действиями и вопросов коррекции и моделирование техники двигательных действий.	2
5.	Лекция № 8. Анализ механизма взаимодействия спортсмена с опорой в локомоция. Характеристики взаимодействия внешних и внутренних сил в локомоциях. Биомеханические факторы формирования импульса силы отталкивания в локомоция. Режим работы мышц при отталкивании. Анализ и коррекции техники отталкивания в локомоциях с учётом особенностей моторики человека.	2
5.	Лекция № 9. Две задачи динамики в анализе техники двигательных действий. Решение основной задачи динамики как способ оценки техники двигательных действий и степени реализации двигательных способностей человека. Моделирование механизма взаимодействия спортсмена с опорой. Цель моделирования – нахождение оптимальных вариантов взаимосвязи механических характеристик взаимодействия с опорой, обеспечивающих наивысший результат, соответствующей двигательным способностям спортсмена.	2
5.	Лекция № 10. Управление вращением тела. Закономерности управления вращением тела с изменением кинетического момента. Закономерности управления вращением тела с сохранением кинетического момента (на опоре, в полётной фазе). Управление вращением тела без начальной угловой скорости.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Семинар 1. *Текущий контроль №1.* Контрольное задание: проверка остаточных теоретических знаний по дисциплине – пререквизитам. Учебно- исследовательская работа студентов 1 (УИРС –1). «Биомеханический анализ упражнений с сохранением положения тела (статических положений)» I этап. Определение положений ОЦТ и ЦТ звеньев тела.	1 1
1,2,3	Семинар 2 (УИРС – 1). Механизм фиксации позы при статической нагрузке. Определение и анализ мышечных связей. Расчёт моментов сил тяжести в сочленениях биокинематической цепи. Определение степени нагрузки на мышечные группы, фиксирующие сустав, в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья.	2
1,2,3	Семинар 3. Устойчивость равновесия биомеханической системы. Вопросы управления равновесия биомеханической системы, в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Анализ условий дыхания при статической нагрузки. Оценка условий дыхания.	2
1,2,3	Семинар 4. *Текущий контроль №2 по темам 1,2,3.*	2
4	Семинар 5.	2

	Расчёт временных характеристик тазобедренного сустава по промеру. Построение хронограммы, анализ и оценка связи временных характеристик двигательных действий спортсмена. Расчёт перемещений, скоростей и ускорение характерных точек аппарата движения (согласно представленным маркером), в цикле бегового шага (по промеру).	
4	Семинар 6. *Текущий контроль 3 по теме 4.*	2
4,5	Семинар 7 (УИРС-3). Анализ механизма взаимодействия с опорой. Фазовый состав и фазовая структура отталкивания. Взаимодействие внешних и внутренних сил при отталкивании. Механизм формирования динамической составляющей силы реакции опоры, в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья.	2
4,5	Семинар 8. Биомеханические факторы, формирующие импульс силы отталкивания от опоры, в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья.. Расчёт импульса сила отталкивания по данным тензодинамограммы. Исследование роли маха руками при отталкивании.	2
5	Семинар 9. Зависимость вариантов отталкивания (жёсткая, взрывное или медленно-жимовое) от особенностей индивидуальной моторики исследуемых спортсменов, в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Закономерности взаимосвязи биомеханических характеристик отталкивания. Анализ и оценка техники отталкивания	2
5	Семинар 10. *Текущий контроль 4 по теме 5.*	2
5	Семинар 11. (УИРС-4). «Анализ механизма вращения тела» Расчёт кинематических характеристик вращательных движений. Внешние силы, приложенный к центру масс вращающегося тела. Внутренние силы, формирующие позу гимнаста при выполнении большого оборота на перекладине.	2
5	Семинар 12. Момент инерции тела как регулирующий фактор управления вращением, в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Методы расчёта момент инерции тела гимнаста относительно перекладины. Кинетический момент.	2
5	Семинар 13. Управление вращением на перекладине с использованием механизма изменения момента силы тяжести гимнаста, в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Работа моменты силы тяжести в первой и второй половине большого оборота на перекладине.	2
5	Семинар 14. Работа внешних и внутренних сил при выполнении большого оборота на перекладине. Энергетические условия выполнение большого оборота на перекладине.	2
5	Семинар 15. Закономерности управления вращением тела с изменением кинетического момента. Закономерности управления вращением тела сохранением кинетического момента (на опоре, в безопасном положении), в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Управление вращением тела без начальный условной скорости.	2
5	Семинар 16. *Текущий контроль 5 по теме 5.*	2
1,2,3,4,5	Семинар 17. Рубежный контроль.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1,2,3,4,5	Лекция № 1. Предмет и задачи биомеханики. Особенности строения и функции опорно-двигательного аппарата как биомеханической системы, в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Силы, действующей на ОДА спортсмена. Основные биомеханические характеристики двигательных действий. Закономерности взаимосвязи биомеханических характеристик и механизмы, лежащие в основе этих связей. Анализ механизма взаимодействия с опорой в локомоциях. Кинематика и динамика вращения тела спортсмена. Закономерности управления вращением тела с изменением и сохранением кинетического момента, в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1,2,3	Семинар 1 (УИРС -1). Биомеханический анализ упражнений с сохранением положения тела (статических положений), в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Моменты и силы тяжести в сочленениях биоцепи. Механизм фиксации позы. Устойчивость равновесия биомеханической системы. Условия дыхания при статической нагрузке. Текущий контроль 1 по темам 1,2,3.	2
4,5	Семинар 2 (УИРС – 2). «Анализ механизма взаимодействия с опорой». Биомеханические факторы, формирующие импульс сила отталкивания. Закономерности взаимодействия механических характеристик отталкивания и механизмы, лежащие в основе их реализации. Оценка и коррекции техники отталкивания с учётом особенностей двигательных способностей спортсмена, в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Текущий контроль 2 по темам 4,5.	2
4,5	Семинар 3 (УИРС – 3). «Анализ механизма вращения тела». Биомеханика вращений тела, в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Момент инерции тела гимнаста как регулирующий фактор в управлении вращением. Управление вращение спортсмена на перекладине с использование механизма изменения момента силы тяжести. Работа момента силы тяжести. Энергетическое условие выполнения большого оборота на перекладине. Текущий контроль 3 по темам 4,5.	2
1,2,3,4,5	Семинар 4. Рубежный контроль. Контрольные задания.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Биомеханика двигательной деятельности: механика : учебное пособие / А.Б. Яковлев, В.В. Азанчевский, Ф.Е. Захаров, О.В. Тихоненкова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. – 94 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ
2. Кичайкина, Н.Б. Биомеханика двигательных действий : учебное пособие / Н.Б. Кичайкина, А.В. Самсонова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. – 210 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Кичайкина, Н.Б. Практикум по биомеханике двигательной деятельности : учебное пособие / Н.Б. Кичайкина; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. – 133 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
4. Попов, Г.И. Биомеханика двигательной деятельности : / Г.И. Попов, А.В. Самсонова. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 314, [1] с. : ил.
5. Туревский, И. М. Формирование психомоторных способностей : учебное пособие для вузов / И. М. Туревский. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 353 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10950-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/518066

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Джалилов, А. А. Биомеханика двигательной деятельности : учебное пособие / А. А. Джалилов, К. Л. Меркурьев. — Тольятти : ТГУ, 2019. — 178 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/139610. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Кичайкина, Н.Б. Биомеханические закономерности упражнений с сохранением положения тела, локомоторных и вращательных движений : учебное пособие / Н.Б. Кичайкина. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 51 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Кичайкина, Н.Б. Биомеханика двигательных действий : учебное пособие / Н.Б. Кичайкина, А.В. Самсонова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 183 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Комарова, Н. А. Биомеханика двигательной деятельности : учебное пособие / Н. А. Комарова, И. В. Шиндина. — Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2017. — 113 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/163488. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Курысь, В.Н. Биомеханика. Познание телесно-двигательного упражнения : учебное пособие / В.Н. Курысь. - Москва : Советский спорт, 2013. - 366, [1] с. : ил.
6. Попов, Г.И. Биомеханика : учебник / Г.И. Попов. - 5-е изд., перераб. и доп. - Москва : Академия, 2013. - 253, [1] с. : ил.
7. Математический аппарат биомеханики : учебное пособие / А.Б. Яковлев, В.В. Азанчевский, Ф.Е. Захаров, О.В. Тихоненкова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. – 71 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Светайло, А.А. Теория и методика избранного вида спорта. Биомеханика большого тенниса : учебное пособие / А.А. Светайло. - 2-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2021. - 137 с. : ил.
9. Стеблецов, Е. А. Биомеханика : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, И. И. Болдырев. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13699-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/519685

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ *представляется*

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

очная форма обучения

✓ Специализированной биомеханической лабораторией.

✓ Комплектом презентационного оборудования (компьютер, проектор, экран, звук).

✓ Наличие демонстрационных плакатов по разделам курса

✓ Базовым материалом (типа промеров, динамограмм, набора фотокадров) для работы каждого студента.

✓ Иллюстративный материал на лекциях и практических занятиях должен включать:

- схемы и таблицы расчета моментов инерции тела человека;
- таблиц и схем расчета общего центра тяжести тела человека;
- схемы действия сил при отталкивании;
- хронограмм бега и ходьбы;
- динамограмм отталкивания от опоры;
- промеров бега (не менее 12 шт. в масштабе 1:4);
- промеров вращательных движений.

1. Мультимедийная презентация лекционного материала:

- история биомеханики (автор Самсонова А.В.);
- лекционный курс (10 лекций) (автор Кичайкина Н.Б.)

2. Приборы, демонстрирующие биомеханические характеристики движений:

- пантографы для определения распределения массы по звену;
- платформа Жуковского для демонстрации сохранения кинетического момента;
- модель тела человека (14-тизвенная).

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

заочная форма обучения

✓ схемы, таблицы и приборы для расчета биомеханических характеристик двигательных действий человека;

✓ специализированные классы, компьютерные классы, технические средства обучения;

✓ лаборатории;

Сетевые источники информации:

✓ мультимедийные, аудио- и видеоматериалы;

✓ программное обеспечение: компьютерная программа Solid Works;

✓ базы данных: фото-, кино-, видеоданные, динамограммы, гониограммы, электромиограммы, содержащие сведения о статических положениях из различных видов спорта (легкой атлетике, гимнастики, баскетбола, плавания и другое) и о выполнении двигательных действий человеком в различных видах спорта.

Информационно-справочные и поисковые системы:

✓ журналы: Теория и практика физической культуры, ученые записки НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Российский журнал биомеханики, Journal Of Biomechanics, Journal Of Applied Biomechanics, Journal Of Human Movement Studies и др.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра теории и методики адаптивного физической культуры

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Врачебный контроль в адаптивной физической культуре

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки:
Физическая реабилитация

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«31» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ **Евсеев С.П.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Зав. каф. ТиМАФК д-р пед.н. Евсеев С.П.
Ст. преп. каф. ТиМАС Рябчиков А.Ю.
Ст. преп. каф. ТиМАС, к.п.н., Терентьев Ф.В.
Ст. преп. каф. ТиМАС Жирнова А.Д.

Санкт-Петербург 2022 г.

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2курсе во 3 семестре по очной форме обучения, на 2 курсе в 4 семестре по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Обучение	**ОПК-4.** Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся
Реабилитация (восстановление)	**ОПК-8.** Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья
Обеспечение безопасности	**ОПК-14.** Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-4.	**ОПК – 4.1** Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека;	**Знает:** - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека;

	- закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования;	- методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС;

	- систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС. **ОПК-4.2.** Умеет: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; – оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств, занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;	- особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС. **Умеет:** - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; – оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств, занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ

	- использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и	общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика ШмишекаЛеонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности, занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС.

	дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика ШмишекаЛеонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности, занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС. **ОПК-4.3.** Имеет опыт -проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта;	**Имеет опыт** -проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС

	- проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС	
ОПК-8.	**ОПК-8.1.** Знает: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. **ОПК-8.2.** Умеет: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации;	**Знает:** - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. **Умеет:** - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием **Имеет опыт:** - применения профессиональной терминологии;

	- пользоваться физиотерапевтическим оборудованием **ОПК-8.3.** Имеет опыт: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.	- владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.
ОПК-14.	**ОПК-14.1.** Знает: - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержание; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором;	**Знает:** - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержание; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором;

	- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической	- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики,

	культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВАС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВАС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВАС. **ОПК-14.2.** Умеет: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);	плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВАС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВАС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВАС. **Умеет:** - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных

	- оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений; - распознавать заболевания 56 различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения	состояний и травматических повреждений; - распознавать заболевания 56 различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВАС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, в том числе, с инвалидностью и с ограниченными возможностями

	упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВАС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, в том числе, с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности. **ОПК-14.3.** Имеет опыт: - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и	здоровья оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности. **Имеет опыт:** - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВАС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных

	спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВАС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья с правилами охраны жизни.	представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья с правилами охраны жизни.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		36			36					
В том числе:										
Занятия лекционного типа		16			16					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		20			20					
Промежуточная аттестация (экзамен)		18			18					
Самостоятельная работа студента		54			54					
Общая трудоемкость	**часы**	**108**			108					
	зачетные единицы	**3**			3					

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		8				8					
В том числе:											
Занятия лекционного типа		4				4					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		4				4					
Промежуточная аттестация (экзамен)		9				9					
Самостоятельная работа студента		**91**				91					
В том числе:											
контрольная работа		20				20					
Общая трудоемкость	**часы**	**108**				108					
	зачетные единицы	**3**				3					

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1.ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Введение в дисциплину. Показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам.	Основные понятия, цель, задачи, формы, виды врачебного контроля ФК и АФК. История врачебного контроля у нас в стране и зарубежном. Организация врачебного контроля в РФ. Система и организация работы врачебно-физкультурных диспансеров. Их цели и задачи. Показания, относительные и абсолютные противопоказания к физическим нагрузкам у инвалидов и маломобильных групп населения. Морфофункциональные и возрастные особенности лиц с ограниченными возможностями здоровья (различной нозологии). Санитарно-гигиенические требования к местам проведения занятий по физической культуре и спорту, а также соревнованиям.	**Знает:** - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС. - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности;

			- наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержание; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;

			- основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; **Умеет:** - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);

			- оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать заболевания 56 различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, в том числе, с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности. **Имеет опыт:** - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;

			- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья с правилами охраны жизни.
2.	Средства и методы врачебного контроля.	Методы исследование и оценки физического развития. Исследование функционального состояния различных систем организма инвалидов, занимающихся физическими упражнениями и спортивной деятельностью. Нагрузочные тестирования. Особенности врачебного контроля за лицами разного пола, возраста, характера дефекта или патологии, занимающимися физической культурой и спортом. Простейшие функциональные пробы. Лабораторная диагностика. Биомеханические методы контроля двигательных функций. Врачебно-педагогический контроль. Показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО.	**Знает:** - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики

			функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС. - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально

			техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержание; **Умеет:** - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; – оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;

			- использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и

			дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика ШмишекаЛеонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности, занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС. **Имеет опыт** -проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды

			в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании. - использования специальной аппаратуры и инвентаря;
3.	Медицинское обеспечение тренировочного процесса и соревнований в адаптивном спорте.	Допинг-контроль в системе медицинского обеспечения Международных спортивных соревнований Спортивно-медицинские классификации инвалидов-спортсменов Медицинские средства восстановления и повышения работоспособности. Медицинский контроль на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятий для лиц с отклонениями в состоянии. Заболевания и травматизм. Перетренированность и перенапряжение, их причины и профилактика здоровья.	**Знает:** - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - основные понятия, используемые в реабилитационной

			(восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;

			- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВАС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВАС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВАС. **Умеет:** - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической

			реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием; - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений; - распознавать заболевания 56 различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности

			спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВАС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, в том числе, с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности. **Имеет опыт** - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости

			от нозологии и возрастных особенностей; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании. - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВАС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и

			физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья с правилами охраны жизни.

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЛЕКЦИИ

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция №1.** Введение в дисциплину. Организация врачебного контроля в РФ. Цель, задачи и содержание врачебного контроля. **Вопросы для обсуждения:** Система врачебно-физкультурных диспансеров. Роль врачебно-физкультурных диспансеров в осуществлении врачебного контроля за спортсменами-инвалидами. Значение врачебно-физкультурных диспансеров в развитии АФК. Роль и значение врачебного контроля в процессе медико-социальной реабилитации и реадаптации в обществе инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Связь врачебного контроля с анатомо-физиологическими особенностями и морфофункциональными изменениями, развивающимися в организме человека вследствие тяжелой травмы или увечья, заболевания, других инвалидизирующих факторов.	2
1.	**Лекция №2.** Показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам у лиц для ограниченными возможностями и маломобильных групп населения. **Вопросы для обсуждения**: Ограничения и противопоказания и не связанные с причиной наступления инвалидности. Особенности занятий адаптивной физической культурой с инвалидами различных нозологических групп, а также маломобильных групп населения различного пола и возраста.	2
2.	**Лекция №3.** Морфофункциональные и психологические особенности инвалидов различных нозологических групп. Особенности врачебного контроля за лицами разного пола, возраста, характера дефекта или патологии, занимающихся физической культурой и спортом. **Вопросы для обсуждения:** Морфофункциональные, психологические, возрастные, гендерные и другие особенности инвалидов различных нозологических групп. Относительные и абсолютные противопоказания к физическим нагрузкам различных групп лиц. Особенности врачебного контроля за лицами разного пола, возраста, характера дефекта или патологии, занимающихся физической культурой и спортом.	2
3.	**Лекция №4**. Методы исследования и оценки физического развития. **Вопросы для обсуждения**: Физическое развитие человека, его признаки и характеристика. Методы исследования физического развития. Антропометрия, её возможности. Оценка физического развития. Метод индексов, метод стандартов, метод корреляции. Типы телосложения, нарушения состояния опорно-двигательной системы.	2
4.	**Лекция №5**. Инструментальные методы исследования и лабораторная диагностика. **Вопросы для обсуждения**: Инструментальные методы исследования, их характеристика и возможности. Роль и значение функциональных методов исследования в практике врачебного контроля. Лабораторная диагностика.	2
5.	**Лекция №6**. Нагрузочное тестирование и функциональные пробы.	2

	Вопросы для обсуждения: Методы тестирования - велоэргометрия, тредмил. Методические особенности тестирования при различной патологии опорно-двигательной системы. Ручная велоэргометрия. Выбор мощности нагрузок, их продолжительность. Возрастные изменения артериального давления, допустимые значения пульса. Нагрузочные тесты и простейшие функциональные пробы сердечно-сосудистой системы.	
5.	**Лекция №7**. Врачебно-педагогический контроль в процессе учебно-тренировочных занятий адаптивной физической культурой и спортом. **Вопросы для обсуждения**: Врачебно-педагогический контроль в процессе учебно-тренировочных занятий адаптивной физической культурой и спортом.	2
6.	**Лекция №8.** Спортивно медицинская классификация спортсменов-инвалидов. Допинг-контроль в системе медицинского обеспечения Международных спортивных соревнований. **Вопросы для обсуждения**: Организация допинг-контроля. Регламентация допинг-контроля медицинским кодексом МОК. Процедура аккредитации лабораторий для осуществления анализа проб на выявление запрещенных препаратов. Спортивно-медицинская классификация спортсменов-инвалидов с врожденными и ампутационными дефектами конечностей (9 классов)	2

ПАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	*Содержание практических занятий*	*Кол-во часов*
2.	**Практическое занятие №1.** Методические аспекты врачебного контроля **Вопросы для обсуждения**: Методы исследования сердечно-сосудистой, дыхательной, опорно-двигательной, вегетативной нервной систем. Особенности их функционального состояния при поражении опорно-двигательной системы, при поражении позвоночника и спинного мозга, при детских церебральных параличах.	2
3.	**Практическое занятие №2.** Показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам у лиц для ограниченными возможностями и маломобильных групп населения. **Вопросы для обсуждения**: Типы телосложения, нарушения состояния опорно-двигательной системы. Осмотр, пальпация, перкуссия, измерение длины конечностей и её сегментов, определение объема движений в суставах, силы мыши.	2
4.	**Практическое занятие №3.** Методические аспекты врачебного контроля **Вопросы для обсуждения**: Функциональные исследования при велоэргометрии и тредмил-тесте. Показатели физической работоспособности, их изменение при различной патологии опорно-двигательной системы.	2
5.	**Практическое занятие №4.** Медицинское обеспечения занятий адаптивной физической культурой и спортом. **Вопросы для обсуждения**: Заболевания и травматизм, Виды травматизма. Перетренированность и перенапряжение, их причины и профилактика. Травматизм как медико-социальная проблема. Виды травматизма. Травмы как причина ампутации конечностей. Меры	2

	профилактики травматизма. Организация медицинского контроля во время спортивных соревнований и массовых физкультурных мероприятий. Оформление допуска к соревнованиям. Признаки утомления и перенапряжения организма. Здоровый образ жизни: рациональный режим дня, рациональное питание, массаж, витаминотерапия, фитотерапия, Антиоксидантная терапия. Биостимуляторы. Физиотерапевтические процедуры - кислородные ванны, души, подводный душ-массаж	
2.	**Практическое занятие №5.** Введение в дисциплину. Организация врачебного контроля **Вопросы для обсуждения:** Система врачебно-физкультурных диспансеров. Роль врачебно-физкультурных диспансеров в осуществлении врачебного контроля за спортсменами-инвалидами. Значение врачебно-физкультурных диспансеров в развитии АФК. Роль и значение врачебного контроля в процессе медико-социальной реабилитации и реадаптации в обществе инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Связь врачебного контроля с анатомо-физиологическими особенностями и морфо-функциональными изменениями, развивающимися в организме человека вследствие тяжелой травмы или увечья, заболевания, других инвалидизирующих факторов.	2
2.	**Практическое занятие №6.** Показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам у лиц для ограниченными возможностями и маломобильных групп населения. **Вопросы для обсуждения**: Морфофункциональные, психологические, возрастные, гендерные и другие особенности инвалидов различных нозологических групп. Относительные и абсолютные противопоказания к физическим нагрузкам различных групп лиц. Особенности врачебного контроля за лицами разного пола, возраста, характера дефекта или патологии, занимающихся физической культурой и спортом.	2
2.	**Практическое занятие №7.** Методические аспекты врачебного контроля **Вопросы для обсуждения:** Физическое развитие человека, его признаки и характеристика. Методы исследования физического развития. Антропометрия, её возможности. Оценка физического развития. Метод индексов, метод стандартов, метод корреляции. Типы телосложения, нарушения состояния опорно-двигательной системы.	2
2.	**Практическое занятие №8.** Методические аспекты врачебного контроля **Вопросы для обсуждения:** Инструментальные методы исследования, их характеристика и возможности. Роль и значение функциональных методов исследования в практике врачебного контроля.	2
3.	**Практическое занятие №9.** Методические аспекты врачебного контроля **Вопросы для обсуждения**: Методы тестирования - велоэргометрия, тредмил. Методические особенности тестирования при различной патологии опорно-двигательной системы. Ручная велоэргометрия. Выбор мощности нагрузок, их продолжительность. Возрастные изменения артериального давления, допустимые значения пульса. Нагрузочные тесты и простейшие функциональные пробы сердечно-сосудистой системы.	2

3.	**Практическое занятие №10.** Допинг-контроль, спортивно-медицинские классификации инвалидов-спортсменов. **Вопросы для обсуждения**: Организация допинг-контроля. Регламентация допинг-контроля медицинским кодексом МОК. Процедура аккредитации лабораторий для осуществления анализа проб на выявление запрещенных препаратов. Спортивно-медицинская классификация спортсменов-инвалидов с врожденными и ампутационными дефектами конечностей (9 классов)	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЛЕКЦИИ

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция №1.** Введение в дисциплину. Организация врачебного контроля в РФ. Цель, задачи и содержание врачебного контроля. **Вопросы для обсуждения:** Система врачебно-физкультурных диспансеров. Роль врачебно-физкультурных диспансеров в осуществлении врачебного контроля за спортсменами-инвалидами. Значение врачебно-физкультурных диспансеров в развитии АФК. Роль и значение врачебного контроля в процессе медико-социальной реабилитации и реадаптации в обществе инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Связь врачебного контроля с анатомо-физиологическими особенностями и морфо-функциональными изменениями, развивающимися в организме человека вследствие тяжелой травмы или увечья, заболевания, других инвалидизирующих факторов.	2
3.	**Лекция №2**. Методы исследования и оценки физического развития. **Вопросы для обсуждения**: Физическое развитие человека, его признаки и характеристика. Методы исследования физического развития. Антропометрия, её возможности. Оценка физического развития. Метод индексов, метод стандартов, метод корреляции. Типы телосложения, нарушения состояния опорно-двигательной системы.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	*Содержание практических занятий*	*Кол-во часов*
5.	**Практическое занятие №1.** Методические аспекты врачебного контроля. **Вопросы для обсуждения:** Физическое развитие человека, его признаки и характеристика. Методы исследования физического развития. Антропометрия, её возможности. Оценка физического развития. Метод индексов, метод стандартов, метод корреляции. Типы телосложения, нарушения состояния опорно-двигательной системы.	2

2.	**Практическое занятие №2.** Методические аспекты врачебного контроля **Вопросы для обсуждения**: Методы тестирования - велоэргометрия, тредмил. Методические особенности тестирования при различной патологии опорно-двигательной системы. Ручная велоэргометрия. Выбор мощности нагрузок, их продолжительность. Возрастные изменения артериального давления, допустимые значения пульса. Нагрузочные тесты и простейшие функциональные пробы сердечно-сосудистой системы.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Власов, В.Н. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре. Практикум : учебное пособие / В.Н. Власов. - 2-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2019. - 169 с. : ил.
2. Кузнецов, И.А. Прикладная физическая культура для студентов специальных медицинских групп : учебное пособие / И.А. Кузнецов, А.Э. Буров, И.В. Качанов. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 179 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494862
3. Мартынихин, В.С. Лечебная физкультура и врачебный контроль у неврологических больных с разными формами двигательных расстройств : учебное пособие / В.С. Мартынихин, К.В. Мартынихин, М.Л. Гинзбург; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2016. -210 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ
4. Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой : учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 253 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07030-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513484
5. Усанова, А.А. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины : учебное пособие / А.А. Усанова, О.И. Шепелева, Т.В. Горячева. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2017. - 253, [1] с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 325 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12603-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/518928
2. Барчуков, И.С. Физиологические показатели тренированности спортсменов : учебное пособие / И.С. Барчуков, Г.В. Барчукова. — Москва : РУСАЙНС, 2021. — 180, [1] с.
3. Врачебный контроль в лечебной физической культуре и адаптивной физической культуре : учебное пособие / составители А. А. Акатова, Т. В. Абызова. — Пермь : ПГГПУ, 2015. — 102 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/129501 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Емельянова, Л. А. Основы врачебного контроля в адаптивной физкультуре (по направлению подготовки 49.03.02 и 49.04.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (Адаптивная физическая культура) : учебное пособие / Л. А. Емельянова, И. Н. Иванов. — Волгоград : ВГАФК, 2016. — 231 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/158065 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Казантинова, Г.М. Физическая культура студента = Physical education of a student : учебник / Г.М. Казантинова, Т.А. Чарова, Л.Б. Андрющенко. — Москва : Советский спорт, 2021. — 325, [2] с. : ил.
6. Курдыбайло, С.Ф. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре : учеб. пособие для высш. и сред. проф. учеб. заведений / С.Ф. Курдыбайло, С.П. Евсеев, Г.В. Герасимова. - М. : Сов. спорт, 2004. - 179 с. : ил.

7. Миллер, Л.Л. Врачебный контроль : учебное пособие / Л.Л. Миллер. - СПб. : [б. и.], 2011. – 203 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Современные проблемы адаптивной физической культуры» не требует специального материально-технического обеспечения, однако при этом желательно наличие компьютерной техники и современных средств публичной демонстрации визуального материала (мультимедиа) в учебной аудитории.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Допускается замена оборудования его виртуальными аналогами.

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляется адаптированная рабочая программа дисциплины с учетом потребностей нозологических групп.Для освоения дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья обеспечены следующие **специальные условия**:

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья ***по зрению:***

- Предоставляется альтернативная версия официального сайта в сети «Интернет» для слабовидящих. www.lesgaft.spb.ru.

- В доступных для обучающихся ***(слепых и слабовидящих***), местах и в адаптированной форме размещается информация.

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- Предоставляется мультимедийное сопровождение учебной дисциплины в виде презентаций с использованием программы POWER POINT и других.

- По обращению студентов предоставляются услуги переводчика жестового языка.

- При изучении дисциплины предоставляется возможность пользоваться в аудитории слуховыми аппаратами.

-Для студентов с ограниченными возможностями здоровья, имеющих ***нарушения опорно-двигательного аппарата:***

- Обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения, в котором преподается дисциплина.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра профилактической медицины и основ здоровья

Рабочая программа по дисциплине (модулю)

Общая патология и тератология

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП «Физическая реабилитация» по направлению 49.03.02 – физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ Задорожная Н.А.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:
профессор, д.м.н. Задорожная Н.А.

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на __2__ курсе по очной форме обучения, на __2_ курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(зачет).***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
	ОПК-7. Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций
	ОПК-8. Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**

ОПК-7. Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций	ОПК-7.1. Знает: - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; ОПК-7.2. Умеет:- учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций; ОПК-7.3. Имеет опыт: - владения	Знает: - виды физических качеств и факторы, их определяющие; - особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; Умеет:- учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их

	современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии.	функций; Имеет опыт: - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; - планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии.
ОПК-8. Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья	ОПК-8.1. Знает: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. ОПК-8.2. Умеет: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и	Знает: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. Умеет: - выделять средства, формы

	гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием ОПК-8.3. Имеет опыт: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.	и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием Имеет опыт: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**48**			**48**					
В том числе:										
Занятия лекционного типа		**22**			**22**					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		**26**			**26**					
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		**6**			**6**					
Самостоятельная работа студента		**54**			**54**					
Общая трудоемкость	**часы**	**108**			**108**					
	зачетные единицы	**3**			**3**					

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**10**				**8**					
В том числе:											
Занятия лекционного типа		**4**				**4**					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		**6**				**6**					
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		**4**				**4**					
Самостоятельная работа студента		**94**				**94**					
Выполнение контрольной работы		**10**				**10**					
Общая трудоемкость	**часы**	**108**				**108**					
	зачетные единицы	**3**				**3**					

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Общая патология и тератология как наука. Основные исторические этапы развития общей патологии и тератологии. Основные понятия нозологии. Факторы внешней среды в развитии патологии.	Общая патология и тератология как наука. Основные исторические этапы развития общей патологии и тератологии, значение дифференциации и интеграции медико-биологических наук и клинических дисциплин. Вклад отечественных учёных в развитие общей патологии и тератологии. Предмет и задачи общей патологии и тератологии. Значение общей патологии и тератологии для современной медицины.	Знает: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями.
2.	Патология клетки. Механизмы повреждения и репарации клетки и ее структур Основные группы типовых форм повреждения клеток. Дистрофии	Специфические и неспецифические показатели клеточного повреждения. Понятие о паранекрозе. Причины и механизмы развития некроза. Этиологическая и патогенетическая классификация некрозов. Некроз и некробиоз. Повреждение клетки: причины, механизмы и основные проявления. Дистрофии: общая характеристика, виды и значение в патологии.	Имеет опыт: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.
3	Типовые нарушения периферического кровообращения	Артериальная гиперемия: характеристика понятия. Венозная гиперемия: характеристика понятия. Ишемия: характеристика понятия, значение в патологии. Коллатеральное	Умеет: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и

		кровообращение, его роль в компенсации ишемических состояний. Тромбоз: характеристика понятия. Причины, стадии и механизмы тромбообразования.	гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием
4	Воспаление как типовой патологический процесс. Лихорадка, механизмы ее развития и биологическая роль. Понятие об инфекционном процессе	Воспаление: характеристика понятия и этиология. Основные компоненты воспаления: альтерация, экссудация и пролиферация, их характеристика и значение в развитии воспалительного процесса. Формы воспаления, особенности их развития.. Экссудация: механизмы развития и значение при воспалении. Фагоцитоз: стадии, механизмы и значение при воспалении. Инфекционный процесс: пути внедрения и распространения инфекционных агентов в организме, стадии и проявления инфекционного процесса. Лихорадка: характеристика понятия. Пирогены: виды и механизмы действия.	Знает: - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп;
5	Гипоксия. Основные определения и классификация гипоксических состояний	Экзогенная гипоксия: причины и механизмы возникновения. Изменения газового состава крови, КОС крови, обмена веществ и функций организма. Дыхательная гипоксия: Кровяная гипоксия: причины и механизмы возникновения. Сердечно-	Умеет:- учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом

		сосудистая гипоксия: причины и механизмы возникновения. Тканевая гипоксия: причины и механизмы возникновения.	особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций
6	Иммунопатология .Виды и механизмы формирования иммунологической реактивности. Классификация иммунопатологических состояний. Реактивность и резистентность организма. Аллергические реакции	Общая характеристика, формы, механизмы и значение в патологии иммуногенной реактивности. Виды приспособительных реакций: защитные, восстановительные и компенсаторные изменения. Виды и механизмы формирования иммунологической реактивности. Классификация иммунопатологических состояний.	Имеет опыт: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.
7	Причины и механизмы развития основных видов нарушения тканевого роста	Опухолевый процесс: характеристика понятия, биологические особенности. Доброкачественные и злокачественные опухоли, их отличия, принципы профилактики и лечения опухолевых заболеваний. Этиология опухолей. Механизмы опухолевой трансформации клеток. Понятие о предраковых состояниях. Роль антибластомной резистентности в возникновении опухолей.	Имеет опыт: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.
8	Нарушения энергетического и основного обмена. Нарушения белкового, углеводного, жирового,	Понятия анаболизма и катаболизма. Классификация расстройств метаболизма. Основные нарушения энергетического обмена. Патология белкового обмена. Патология углеводного обмена. Гипергликемические и гипогликемические	Знает: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц

	водного обменов. Нарушения кислотно-щелочного равновесия.	состояния: причины, механизмы возникновения, проявления, последствия и значение в патологии. Расстройства жирового обмена, связанные с нарушением их поступления с пищей, переваривания и всасывания. Гипогидратация и гипергидратация: виды, причины, механизмы возникновения и проявления, последствия. Отек: характеристика понятия, виды. Сердечные, почечные и токсические отеки: причины возникновения, механизмы развития и последствия. Патология ионного баланса. Ацидоз и алкалоз виды, причины и механизмы возникновения, изменения основных показателей кислотно-основного состояния, последствия.	зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями.
9	Роль наследственности в патологии. Номенклатура патологических состояний в тератологии и классификация врожденных пороков развития Этиология и патогенез наследственных болезней.	Общая тератология. Роль наследственности в патологии. Классификация наследственных болезней. Этиология и патогенез наследственных болезней. Профилактика, диагностика и лечение наследственных болезней. Номенклатура патологических состояний в тератологии и классификация врожденных пороков развития	Имеет опыт: - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция № 1.** Общая патология и тератология как наука. Основные понятия нозологии. Факторы внешней среды в развитии патологии	2

2.	**Лекция № 2.** Патология клетки. Механизмы повреждения и репарации клетки и ее структур Основные группы типовых форм повреждения клеток. Дистрофии	2
3.	**Лекция № 3.** Типовые нарушения периферического кровообращения	2
4.	**Лекция № 4.** Воспаление как типовой патологический процесс. Лихорадка, механизмы ее развития и биологическая роль. Понятие об инфекционном процессе.	2
5.	**Лекция № 5.** Гипоксия. Основные определения и классификация гипоксических состояний	2
6.	**Лекция № 6.** Иммунопатология. Классификация иммунопатологических состояний. Реактивность и резистентность организма. Аллергические реакции	2
7.	**Лекция № 7.** Причины и механизмы развития основных видов нарушения тканевого роста	2
8.	**Лекция № 8.** Нарушения энергетического и основного обмена. Патология углеводного, жирового и белкового обменов	2
9.	**Лекция № 9.** Патология водного и ионного обменов. Нарушения кислотно-щелочного равновесия	2
10.	**Лекция № 10.** Роль наследственности в патологии. Классификация наследственных болезней. Этиология и патогенез наследственных болезней	2
11.	**Лекция № 11.** Номенклатура патологических состояний в тератологии и классификация врожденных пороков развития	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Практическое занятие № 1.** Общая патология и тератология как наука. Основные исторические этапы развития общей патологии и тератологии. Основные понятия нозологии.	2
2.	**Практическое занятие № 2.** Патология клетки. Механизмы повреждения и репарации клетки и ее структур Основные группы типовых форм повреждения клеток. Дистрофии	2
3.	**Практическое занятие № 3.** Типовые нарушения периферического кровообращения	2
4.	**Практическое занятие № 4.** Воспаление как типовой патологический процесс. Проявления воспаления на уровне целостного организма. Принципы профилактики и терапии инфекционного процесса	2
5	**Практическое занятие № 5.** Лихорадка, механизмы ее развития и биологическая роль. Понятие об инфекционном процессе	
6.	**Практическое занятие № 6.** Гипоксия. Основные определения и классификация гипоксических состояний	2
7.	**Практическое занятие № 7.** Иммунопатология. Виды и механизмы формирования иммунологической реактивности. Классификация иммунопатологических состояний	2
8.	**Практическое занятие № 8.** Реактивность и резистентность организма. Иммунопатология. Виды и механизмы формирования иммунологической реактивности. Аллергические реакции	2
9.	**Практическое занятие № 9.** Причины и механизмы развития основных видов нарушения тканевого роста	2
10	**Практическое занятие № 10.** Нарушения водного и ионного обменов. Нарушения кислотно-щелочного равновесия	2

11.	**Практическое занятие № 11.** Нарушения энергетического и основного обмена. Нарушения белкового, углеводного, жирового, водного обменов	2
12.	**Практическое занятие № 12.** Роль наследственности в патологии. Классификация наследственных болезней. Этиология и патогенез наследственных болезней. Профилактика, диагностика и лечение наследственных болезней	2
13.	**Практическое занятие № 13.** Номенклатура патологических состояний в тератологии и классификация врожденных пороков развития	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция № 1.** Патология клетки. Механизмы повреждения и репарации клетки и ее структур. Основные группы типовых форм повреждения клеток. Дистрофии.	2
2.	**Лекция № 2.** Проявления воспаления на уровне целостного организма. Лихорадка, механизмы ее развития и биологическая роль. Понятие об инфекционном процессе. Принципы профилактики и терапии инфекционного процесса.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Практическое занятие № 1.** Типовые нарушения периферического кровообращения. Гипоксия. Основные определения и классификация гипоксических состояний. Причины и механизмы развития основных видов нарушения тканевого роста.	2
2.	**Практическое занятие № 2.** Роль наследственности в патологии. Классификация наследственных болезней. Этиология и патогенез наследственных болезней. Профилактика, диагностика и лечение наследственных болезней. Номенклатура патологических состояний в тератологии и классификация врожденных пороков развития	2
3.	**Практическое занятие № 3.** Номенклатура патологических состояний в тератологии и классификация врожденных пороков развития	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Миллер, Л.Л. Общая патология в спортивной медицине : учебное пособие / Л.Л. Миллер. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. – 82 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Миллер, Л. Спортивная медицина : учебное пособие / Л. Миллер; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Москва : Человек, 2015. - 183 с.
3. Красников, В. Е. Патофизиология: общая нозология : учебное пособие для вузов / В. Е. Красников, Е. А. Чагина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 193 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07454-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/516396
4. Цаллагова, Р.Б. Общая патология и тератология : учебное пособие. Ч. 1 / Р.Б. Цаллагова, Н.А. Задорожная, В.П. Башмаков; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. – 141 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Долгих, В. Т. Патофизиология. В 2 т. Том 1. Общая патофизиология : учебник и практикум для вузов / В. Т. Долгих. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 371 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11893-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/516735
2. Долгих, В. Т. Патофизиология. В 2 т. Том 2. Частная патофизиология : учебник и практикум для вузов / В. Т. Долгих, О. В. Корпачева, А. В. Ершов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 351 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12047-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/518458
3. Жук, И.А. Общая патология и тератология : учебное пособие / И.А. Жук, Е.В. Карякина. - М. : Академия, 2003. - 172 с.
4. Макарова, Г.А. Спортивная медицина : учебник / Г.А. Макарова. - [3-е изд., стереотип.]. - Москва : Сов. спорт, 2008. - 478 с. : ил.
5. Общая патология : учебное пособие / под ред. В.П. Михайлова. - Ростов н/Д : Феникс, 2007. - 224 с.
6. Основы патологии : учебное пособие / под ред. Е. Л. Казачкова, Л. В. Кривохижиной. - Москва : Академия, 2012. - 349, [3] с. : ил.
7. Патология : учебное пособие / под ред. А. И. Тюкавина, А. Г. Васильева, Н. Н. Петрищева. - Москва : Академия, 2012. - 523, [1] с. : ил.
8. Патология системы пищеварения и имитирующие ее состояния у спортсменов : [учебное пособие] / Г.А. Макарова, Л.Н. Елисеева, В.А. Кулиш, В.А. Шашель. — Москва : Спорт : Человек, 2019. — 188, [1] с. : ил.
9. Прогнозирование и комплексная профилактика профессиональных заболеваний в спорте : учебное пособие / О.Б. Крысюк, И.А. Афанасьева, Д.Д. Дальский, Э.В. Науменко; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2015. - 128 с. : ил.
10. Спортивная медицина : учебник / под ред. А. В. Смоленского. - Москва : Академия, 2015. - 318, [1] с. : ил.
11. Тарасова, О.Л. Патология и тератология : курс лекций / О.Л. Тарасова, А.В. Сапего, И.А. Полковников. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2013. –

132 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232812
12. Чащин, М.В. Профессиональные заболевания в спорте / М.В. Чащин, Р.В. Константинов. - М. : Советский спорт, 2010. - 176 с.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены мультимедийным оборудованием.
Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

1. Методические пособия по отдельным разделам курсам.
2. Учебные таблицы на каждое занятие.
3. Иллюстрации и схемы с объяснениями для каждого студента.
4. Тестовые задания по темам курса.
5. Ситуационные задачи по разделам изучаемого курса.
6. Медицинская документация: Истории болезни, амбулаторные книжки, санаторно-курортная карта, справка для получения путевки».
7. Презентации по темам курса.
8. Программное обеспечение: программы Microsoft Word, Microsoft Excel, Power Point, Acrobat Reader.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра тории и методики плавания

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Теория и методика обучения плаванию

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **А.В.Щевцов**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022 г., протокол №1

Зав. кафедрой _____ Литвинов А.А.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол №01

Авторы-разработчики:
Старший преподаватель Агеев Н.Н.

Санкт-Петербург 2022

	протяжении занятия средства плавания с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в плавании; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств плавания; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений плавания; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств плавания; - оценивать качество выполнения упражнений в плавании и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в плавании подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по плаванию. ОПК -1.3- Имеет опыт: - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - участия в судействе соревнования по плаванию.	при проведении занятий по плаванию, в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию плавания; - распределять на протяжении занятия средства плавания с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в плавании; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств плавания; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений плавания; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств плавания; - оценивать качество выполнения упражнений в плавании и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в плавании, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по плаванию. ОПК -1.3- Имеет опыт: - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - участия в судействе соревнования по плаванию.
ОПК-13.	ОПК-13.1. Знает: - терминологию и классификацию в плавании (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по плаванию; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств плавания; - правила и организация соревнований в плавании; - способы оценки результатов обучения в плавании. ОПК-13.2. Умеет: - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по плаванию; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по плаванию с учетом возраста, подготовленности,	ОПК-13.1. Знает: - терминологию и классификацию в плавании; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по плаванию; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств плавания; - правила и организация соревнований в плавании; - способы оценки результатов обучения в плавании. ОПК-13.2. Умеет: - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по плаванию; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по плаванию с

	индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по плаванию в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей плавания; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по плаванию. ОПК-13.3. Имеет опыт: - планирования занятий по плаванию; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств плавания.	учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по плаванию в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей плавания; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по плаванию. ОПК-13.3. Имеет опыт: - планирования занятий по плаванию; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств плавания;
ОПК -14.	ОПК-14.1. Знает: - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям плаванием, подвижными, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств плавания; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп. ОПК-14.2. Умеет: - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по плаванию; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по плаванию.	ОПК-14.1. Знает: - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям плаванием, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий плаванием; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств плавания; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по плаванию; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по плаванию; - особенности занятий плаванием с учащимися различных медицинских групп. ОПК-14.2. Умеет: - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по плаванию; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по

	ОПК-14.3. Имеет опыт: - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по плаванию.	плаванию. ОПК-14.3. Имеет опыт: - оказания первой помощи при неотложных состояниях;- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по плаванию.

3 ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**84**			**38**	**46**				
В том числе:										
Занятия лекционного типа		**8**			4	4				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		64			28	36				
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет)		12			6	6				
Самостоятельная работа студента		60			34	26				
Общая трудоемкость	часы	144			72	72				
	зачетные единицы	4			2	2				

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**24**			**10**	**14**					
В том числе:											
Занятия лекционного типа											
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		16			6	10					
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		8			4	4					
Самостоятельная работа студента		120			62	58					
В том числе:											
Выполнение контрольной работы		40			20	20					
Общая трудоемкость	часы	144			72	72					
	зачетные единицы	4			2	2					

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1.ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Теория и методика учебной дисциплины «Плавание». Плавание, как спортивно-педагогическая дисциплина в системе физического воспитания	Историческая справка о возникновении и развитии плавания. Теория и методика учебной дисциплины «Плавание». Определение предмета «плавание» и его содержание. Классификация и терминология. Спортивное, оздоровительное, воспитательное и прикладное значение плавания, его место в системе физического воспитания, показания и противопоказания занятий плаванием, организация занятий, правила поведения в бассейне, зачетные и экзаменационные требования, правила написания контрольных работ. Техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях плаванием.	Знания: ОПК -1.1 Знает: - историю и современное состояние плавания, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды плавания, как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий плаванием;- основы техники способов плавания и прикладного плавания; - методики обучения способам плавания; - методики развития физических качеств средствами плавания; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием; ОПК-13.1. Знает: - терминологию и классификацию в плавании; - способы оценки результатов обучения в плавании. ОПК-14.1. Знает: - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - санитарно-гигиенические требования к занятиям плаванием, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий плаванием; Умения: ОПК -1.2. Умеет: - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в плавании; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств плавания; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений плавания; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств плавания; - оценивать качество выполнения упражнений в плавании и

			определять ошибки в технике; ОПК-13.2. Умеет: - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по плаванию; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по плаванию с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по плаванию в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей плавания; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по плаванию. ОПК-14.2. Умеет: - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по плаванию; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по плаванию. Навыки: ОПК -1.3- Имеет опыт: - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов.
2.	Основы техники плавания. Техника спортивных способов плавания, стартов и поворотов и методика обучения	Основы техники плавания. Техника спортивных способов плавания, стартов и поворотов. Методика обучения: этапы обучения, коррекция двигательных движений при обучении, методы и способы исправления ошибок. Формирование автоматизированного движения и способности изменять технику отдельных элементов в зависимости от внешних условий.	Знания: ОПК -1.1 Знает: -методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания. ОПК-13.1. Знает: - терминологию и классификацию в плавании; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по плаванию; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств плавания; - правила и организация соревнований в плавании; - способы оценки результатов обучения в плавании. ОПК-14.1. Знает: - противопоказания и

			ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям плаванием, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий плаванием; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств плавания; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по плаванию; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по плаванию; - особенности занятий плаванием с учащимися различных медицинских групп. Умения: ОПК -1.2. Умеет: - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию, с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по плаванию, в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию плавания; - распределять на протяжении занятия средства плавания с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в плавании; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств плавания; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от

			поставленных задач для безопасного выполнения упражнений плавания; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств плавания. ОПК-13.2. Умеет: - определять средства и величину нагрузки на занятиях по плаванию в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей плавания; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по плаванию. ОПК-14.2. Умеет: - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по плаванию; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по плаванию. Навыки: ОПК-13.3. Имеет опыт: - планирования занятий по плаванию; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств плавания
3.	Прикладное плавание	Характеристика прикладного плавания. Техника прикладных способов плавания (брасс на спине, плавание на боку), техника ныряния в длину и глубину. Методика обучения. Транспортировка пострадавшего на воде. Оказание доврачебной помощи. Организация спасательной службы, виды утопления, искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Ныряние в длину и глубину, способы, применяемые при нырянии и транспортировке пострадавшего. Правила безопасности при нырянии.	Знания: ОПК -1.1 Знает: - основы техники способов плавания и прикладного плавания; - методики обучения способам плавания; ОПК-14.1. Знает: - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств плавания; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по плаванию; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по плаванию; -

		Переправы вплавь с подручными и без подручных средств. Правила соревнований по спортивному плаванию.	особенности занятий плаванием с учащимися различных медицинских групп. Умения: ОПК -1.2. Умеет: - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в плавании; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств плавания; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений плавания; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств плавания; - оценивать качество выполнения упражнений в плавании и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в плавании, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по плаванию. ОПК-13.2. Умеет: - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по плаванию; ОПК-14.2. Умеет: - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по плаванию; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по плаванию. Навыки: ОПК -1.3- Имеет опыт: - владения техникой способов плавания и прикладного

			плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; ОПК-14.3. Имеет опыт: - оказания первой помощи при неотложных состояниях;- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по плаванию.
4.	Организация работы по плаванию	Работа по плаванию в детских и спортивных лагерях, в общеобразовательных школах (в младшем, среднем и старшем возрастах). Особенности работы в группах здоровья, плавание, как средство реабилитации. Спортивные сооружения для занятий плаванием. Содержание урока по плаванию. Судейство соревнований по плаванию.	Знания: ОПК -1.1 Знает: -методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания. ОПК-13.1. Знает: - терминологию и классификацию в плавании - правила и организация соревнований в плавании. ОПК-14.1. Знает: - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям плаванием, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по плаванию; Умения: ОПК -1.2. Умеет: - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию, с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; Навыки: ОПК -1.3- Имеет опыт: - участия в судействе соревнования по плаванию.

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
	3 семестр	
1.	**Лекция № 1.** Теория и методика учебной дисциплины «Плавание». Плавание, как спортивно-педагогическая дисциплина в системе физического воспитания	2
2.	**Лекция № 2.** Основы техники плавания. Техника спортивных способов плавания, стартов и поворотов и методика обучения.	2
	4семестр	
3	**Лекция 1.** Прикладное плавание	2
4	**Лекция 2.** Организация работы по плаванию	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА (ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
	3 семестр	
2.	**Практическое занятие 1** Техника и методика обучения плаванию кролем на спине: движения ногами, движения руками	2
2	**Практическое занятие 2** Техника и методика обучения плаванию кролем на спине: согласование движений ног, рук и дыхания	2
2	**Практическое занятие 3** Техника и методика обучения плаванию кролем на спине, фазовый состав: старт.	2
2	**Практическое занятие 4** Техника и методика обучения плаванию кролем на спине, фазовый состав: поворот **1 – текущий контроль:** **О**ценка техники плавания, старта и поворота в плавании кролем на спине (50 м).	2
2	**Практическое занятие 5** Техника и методика обучения плаванию кролем на груди: движения ногами, движения руками, фазовый состав.	2
2	**Практическое занятие 6** Техника и методика обучения плаванию кролем на груди: согласование движений ног, рук и дыхания, фазовый состав.	2
2	**Практическое занятие 7** Техника и методика обучения плаванию кролем на груди, фазовый состав: старт.	2
2	**Практическое занятие 8** Техника и методика обучения плаванию кролем на груди, фазовый состав: поворот. **2 – текущий контроль** Оценка техники плавания, старта и поворота в плавании кролем на груди (50 м).	2
2	**Практическое занятие 9**	2

	Техника и методика обучения плаванию брассом на груди: движения ног, фазовый состав.	
2	**Практическое занятие 10** Техника и методика обучения плаванию брассом на груди: движения рук, фазовый состав.	2
2	**Практическое занятие 11** Техника и методика обучения плаванию брассом на груди: согласование движений ног, рук и дыхания, фазовый состав.	2
2	**Практическое занятие 12** Техника и методика обучения плаванию брассом на груди: старт и поворот **3 – текущий контроль** Оценка техники плавания, старта и поворота в плавании брассом (50 м).	2
2	**Практическое занятие 13** Ознакомление с техникой и методикой обучения плаванию способом дельфин. **4-Текущий контроль**: Дистанционное плавание любыми спортивными способами в течении 15 минут.	2
2	**Практическое занятие 14** Ознакомление с техникой и методикой обучения плаванию способом дельфин. **5 - Текущий контроль- Проплывание дистанции 50 м любым способом плавания на время с выполнением разряда**	2
	1- Рубежный контроль: Тестирование	
	2-Ру***бежный контроль Тестирование***	
	4 семестр	
3	**Практическое занятие 1** Прикладные способы плавания: плавание на боку. Изучение техники движения ногами в способе плавания на боку.	2
3	**Практическое занятие 2** Изучение техники движения руками в способе плавания на боку.	2
3	**Практическое занятие 3** Изучение техники согласования движений ногами и руками в способе плавания на боку. **1- текущий контроль:** Выполнение практического норматива техника плавания на боку (50 м).	2
3	**Практическое занятие 4** Прикладные способы плавания: плавание брасс на спине. Изучение движений ног, рук при плавании брассом на спине.	2
3	**Практическое занятие 5** Изучение согласования рук и ног при плавании брассом на спине.	2
3	**Практическое занятие 6** Ныряние в длину. Техника различных способов передвижения под водой. Ныряние в глубину. Техника различных способов погружения под воду.	2
3	**Практическое занятие 7** **2- текущий контроль:** Выполнение практического норматива ныряние в длину. Демонстрация техники ныряния в глубину. Способы транспортировки пострадавшего на воде.	2

3	**Практическое занятие 8** Способы транспортировки пострадавшего на воде.	2
3	**Практическое занятие 9** Оказание помощи пострадавшему на воде, оказание доврачебной помощи пострадавшему на воде, способы и приемы искусственного дыхания	2
3	**Практическое занятие 10** Способы и приемы освобождения от захвата тонущего. **3- Текущий контроль:** Выполнение практического норматива транспортировка пострадавшего на воде (50 м).	2
4	**Практическое занятие 11** Планирование и организация учебной работы по плаванию. Принципы, методы, средства обучения.	2
4	**Практическое занятие 12** Структура и содержание урока по обучению плаванию.	2
4	**Практическое занятие 13** Разработка конспекта урока и проведение комплекса физических упражнений.	2
4	**Практическое занятие 14** Урок плавания как основная форма учебных занятий.	2
4	**Практическое занятие 15** Содержание комплекса специальных физических упражнений «на суше» и «на воде».	2
4	**Практическое занятие 16** Организация и проведение занятий по плаванию в учреждениях различного уровня. Подготовка и проведение соревнований по плаванию	2
4	**Практическое занятие 17** Индивидуальные и групповые уроки по начальному обучению плаванию лиц различного возраста и подготовленности **4 -Текущий контроль:** Выполнение практического норматива «дистанционное плавание» в футболках (15мин).	2
4	**Практическое занятие 18** Организация и проведение праздников и мероприятий на воде. **5- Текущий контроль:** Сдача дистанции 50 м любым спортивным способом плавания, с учетом времени.	2
	1- Рубежный контроль: Написание конспекта урока по обучению плаванию.	
	2 рубежный контроль - Тестирование	

заочная форма обучения

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
	3 семестр	
2.	**Практическое занятие №1:** Проверка плавательной подготовленности группы. Упражнения по освоению с водой. Техника и методика обучения способу плавания кроль на груди. Текущий контроль (ТК-1) Оценка техники проплывания 50м	2

	кролем на груди	
2	**Практическое занятие №2:** Техника и методика обучения способу плавания кроль на спине Текущий контроль (ТК-2). Оценка техники проплывания 50м кролем на спине	2
2	**Практическое занятие №3** Техника и методика обучения стартам и поворотам в кроле на груди и кроле на спине **Практическое занятие №4** Техника и методика обучения способу плавания брасс, стартам и поворотам. Текущий контроль (ТК-3). Проплывание 15 мин без остановки на оценку	2
	Контрольная работа в виде реферата	
	1- *рубежный контроль* - *тестирование*	

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
	4 семестр	
2.	**Практическое занятие №1** Техника и методика обучения прикладному плаванию Техника плавания способом на боку и брасс на спине. **Текущий контроль (ТК-1).** Оценка техники проплывания 50м, брассом	2
2	**Практическое занятие №2** Техника и методика обучения нырянию в длину, глубину и транспортировке пострадавшего на воде. **Текущий контроль (ТК-2).** Ныряние в длину.	2
2	**Практическое занятие №3** Транспортировка пострадавшего на воде избранным способом**.** **ТК-3 Транспортировка пострадавшего на воде избранным способом**	2
2	**Практическое занятие №4** Спасательные средства и их применение. Оказание доврачебной помощи пострадавшему на воде	2
	Практическое занятие №5 Обеспечение техники безопастности на занятиях плаванием. Использование плавания в рекреационной деятельности. Организация и проведение соревнований по плаванию **Текущий контроль (ТК-4) Проплывание 50 м избранным способом с учётом времени**	2
	Контрольная работа Написание конспекта урока по обучению плаванию.	
	1- *рубежный контроль* - *тестирование*	

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Бакшеев, М. Д. Построение микроциклов в спортивном плавании : учебное пособие / М. Д. Бакшеев, А. С. Казызаева. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 96 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=607555
2. Плавание: техника, методика обучения и тренировка [Электронный ресурс] : курс лекций : учебное пособие. Ч. I / А.Ю. Александров [и др.]. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2016. – 116 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Савельева, О.Ю. Теория и методика обучения плаванию : учебное пособие / О.Ю. Савельева, В.Ю. Карпов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Кнорус, 2022. — 330, [1] с. : цв. ил.
4. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание [Текст] : учебник / А.А. Литвинов [и др.]; под ред. А. А. Литвинова. - 2-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 267, [1] с. : ил.
5. Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.С. Казызаева [и др.]. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2016. – 120 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Булгакова, Н.Ж. Теория и методика плавания [Текст] : учебник / Н.Ж. Булгакова, О.И. Попов, Е.А. Распопова; под ред. Н. Ж. Булгаковой. - 2-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 318, [1] с. : ил.
2. Дрокова, В.А. Теория и методика обучения плаванию [Текст] : курс лекций / В.А. Дрокова; Дальневосточная государственная академия физической культуры. - Хабаровск : Изд-во ДВГАФК, 2014. - 188 с. : ил.
3. Димова, А.Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания : учебник / А.Л. Димова. - Москва :Юрайт, 2021. - 427, [1] с. : ил.
4. Жукова, Е.С. Контроль физической и технической подготовленности пловцов : практикум / Е.С. Жукова, О.Б. Галеева; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 104 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
5. Козлов, А.В. Теория и методика плавания: ныряние, спасание утопающих и переправы вплавь [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.В. Козлов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 82 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Козлов, А.В. Технологии спортивной тренировки в плавании: подготовка олимпийского резерва в спортивном плавании [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.В. Козлов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 134 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Козлов, А.В. Технологии спортивной тренировки в ИВС плавании: совершенствование спортивных способов плавания [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.В. Козлов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 120 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Начальное обучение спортивным способам плавания в вузах : учебное пособие / сост. А. С. Ямпольский, А. И. Антипенко, Н. С. Кузнецова, А. Ю. Шредер [и др.]. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2019. – 128 с. :

ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=575846
9. Плавание : учебник / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов [и др.]; Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва ; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. - Москва : ИНФРА-М, 2021. - 288, [1] с. : ил.
10. Плавание : учебник для вузов / В. З. Афанасьев [и др.] ; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 344 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07939-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/516455
11. Плавание. Кроль на груди : учебное пособие / М. В. Зуева, С. Н. Герасимов, А. К. Зырянова, П. Б. Гречанов. — Новосибирск : НГТУ, 2020. — 86 с. — ISBN 978-5-7782-4123-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/152334. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
12. Степанова, М. В. Плавание в системе физического воспитания студентов вузов : учебное пособие / М. В. Степанова ; Оренбургский государственный университет. – 2-е, изд., доп. – Оренбург : Оренбургский государственный университет, 2017. – 137 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481808

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

Бассейн длиной 25 или 50 м, глубиной в мелкой части не менее 1,2 м и в глубокой не менее 1,8 м со стартовыми тумбочками, инвентарь для обучения плаванию (плавательные доски, палки, калабашки для плавания, ласты, лопатки, спасательный круг, конец Александрова, шары Суслова, шест для тренера, спасательный багор, манекен для прикладного плавания с изменяемой плавучестью, тренажер для обучения навыкам сердечно-легочной реанимации), видеозаписывающая аппаратура. Специализированная аудитория, оснащённая мультимедийными средствами и выходом в Интернет. Изучение дисциплины осуществляется с применением мультимедийных средств обучения и Интернет-ресурсов, а также методов активного обучения.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра Теории и методики спортивных игр

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Теория и методика обучения спортивным и подвижным играм

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура),
Направленность (профиль) ОП «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«28» июня 2022 г., протокол № 11

Зав. кафедрой _____ **Лосин Б.Е.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:
Тихонова Л.В. - старший преподаватель каф. ТМИСИ

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной и заочной формах обучения. Вид промежуточной аттестации: 3 семестр – зачет, 4 семестр - дифференцированный зачет очная форма обучения; 3 семестр – зачет, 4 семестр дифференцированный зачёт заочная форма обучения.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Профессиональные компетенции	
Планирование	ОПК-13. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей, занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся
Обучение и развитие	ОПК-1. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья
Обеспечение безопасности	ОПК -14. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

2.1. ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-13. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и	ОПК-13.1. - терминологию и классификацию в подвижных и спортивных играх, лыжном спорте - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по подвижным и спортивным играм; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств подвижных и спортивных игр; - правила и организация соревнований в подвижных и спортивных играх; - способы оценки результатов обучения в подвижных и спортивных играх.	Знает: - терминологию и классификацию в подвижных и спортивных играх, лыжном спорте - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по подвижным и спортивным играм; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств подвижных и спортивных игр; - правила и организация соревнований в подвижных и спортивных играх; - способы оценки результатов обучения в подвижных и спортивных играх.

психологических особенностей, занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	ОПК-13.2. Умеет: - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по подвижным и спортивным играм; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по подвижным и спортивным играм с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по подвижным и спортивным играм в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей подвижных и спортивных игр; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по подвижным и спортивным играм.	Умеет: - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по подвижным и спортивным играм; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по подвижным и спортивным играм с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по подвижным и спортивным играм в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей подвижных и спортивных игр; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по подвижным и спортивным играм.
	ОПК-13.3. Имеет опыт: - планирования занятий по подвижным и спортивным играм - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств подвижных и спортивных игр.	Имеет опыт: - планирования занятий по подвижным и спортивным играм - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств подвижных и спортивных игр.
ОПК-1. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	ОПК -1.1 Знает: - историю и современное состояние подвижных и спортивных игр, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды спортивных и подвижных игр как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий подвижными и спортивными играми; - терминологию подвижных и спортивных игр; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения спортивным и подвижным играм; - терминологию спортивных и подвижных игр; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-	Знает: - историю и современное состояние подвижных и спортивных игр, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды спортивных и подвижных игр как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий подвижными и спортивными играми; - терминологию подвижных и спортивных игр; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения спортивным и подвижным играм; - терминологию спортивных и подвижных игр; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-

	оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - способы реализации здоровьеформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся.	оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - способы реализации здоровьеформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся.
	ОПК -1.2. Умеет: - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по, подвижным и спортивным играм с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по подвижным и спортивным играм в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию подвижных и спортивных игр; - распределять на протяжении занятия средства подвижных и спортивных игр с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в подвижных и спортивных играх; - использовать средства спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств, в том числе, для ИВАС; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств подвижных и спортивных игр; - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в	ОПК -1.2. Умеет: - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по, подвижным и спортивным играм с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по подвижным и спортивным играм в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию подвижных и спортивных игр; - распределять на протяжении занятия средства подвижных и спортивных игр с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в подвижных и спортивных играх; - использовать средства спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств, в том числе, для ИВАС; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств подвижных и спортивных игр; - организовывать (строить, перестраивать, размыкать,

	зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения 30 упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств спортивных и подвижных игр; - оценивать качество выполнения упражнений в подвижных и спортивных играх и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в подвижных и спортивных играх, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по подвижным и спортивным играм; - использовать существующие методики проведения соревнований по спортивным и подвижным играм, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по спортивным и подвижным играм; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; - формировать основы 31 физкультурных знаний; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей	размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения 30 упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств спортивных и подвижных игр; - оценивать качество выполнения упражнений в подвижных и спортивных играх и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в подвижных и спортивных играх, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по подвижным и спортивным играм; - использовать существующие методики проведения соревнований по спортивным и подвижным играм, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по спортивным и подвижным играм; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и

	обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; -оценивать результаты учебной деятельности обучающихся на основе объективных методов контроля.	качественным критериям; - формировать основы 31 физкультурных знаний; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; -оценивать результаты учебной деятельности обучающихся на основе объективных методов контроля.
	ОПК -1.3- Имеет опыт: - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;; - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.	Имеет опыт: - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;; - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
ОПК -14. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ОПК-14.1. Знает: - санитарно-гигиенические требования к подвижными и спортивными играми, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий подвижными и спортивными играми; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств подвижных и спортивных игр; -	Знает: - санитарно-гигиенические требования к подвижными и спортивными играми, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий подвижными и спортивными играми; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств подвижных и спортивных игр; - требования к экипировке, спортивному

	требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по подвижным и спортивным играм; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по подвижным и спортивным играм; - особенности занятий подвижными и спортивными играми с учащимися различных медицинских групп.	инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по подвижным и спортивным играм; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по подвижным и спортивным играм; - особенности занятий подвижными и спортивными играми с учащимися различных медицинских групп.
	ОПК-14.2. Умеет: - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по подвижным и спортивным играм; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по подвижным и спортивным играм.	Умеет: - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по подвижным и спортивным играм; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по подвижным и спортивным играм.
	ОПК-14.3. Имеет опыт: - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по подвижным и спортивным играм.	Имеет опыт: - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по подвижным и спортивным играм.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		128			64	64				
В том числе:										
Занятия лекционного типа		12			6	6				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		104			52	52				
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		12			6	6				
Самостоятельная работа студента		88			44	44				
Общая трудоемкость	**часы**	**216**			108	108				
	зачетные единицы				3	3				

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		22			8	14					
В том числе:											
Занятия лекционного типа											
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		16			6	10					
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		8			4	4					
Самостоятельная работа студента		192			98	94					
в том числе Контрольная работа		20			10	10					
Общая трудоемкость	**часы**	**216**			108	108					
	зачетные единицы				3	3					

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Возникновение, развитие и современное состояние спортивной игры, подвижных игр.	**Подвижные игры** История возникновения и развития подвижных игр. Общая характеристика подвижных игр. **Баскетбол** История возникновения и развития баскетбола, общая характеристика и правила игры. **Волейбол** История возникновения и развития волейбола, общая характеристика и правила игры. **Гандбол** История возникновения и развития гандбола, общая характеристика и правила игры.	**Знает:** - историю и современное состояние подвижных и спортивных игр, её место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды подвижных и спортивных игр как базового вида спорта; - воспитательные возможности занятий подвижных и спортивных игр; - терминологию подвижных и спортивных игр; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - правила и организацию соревнований в подвижных и спортивных играх; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр;
2	Классификация и терминология в спортивных и подвижных играх.	**Подвижные игры** Классификация и терминология в подвижных играх. **Баскетбол** Систематика, терминология и классификация техники и тактики игры баскетбол. **Волейбол** Систематика, терминология и классификация техники и тактики игры волейбол. **Гандбол** Систематика, терминология и классификация техники и тактики игры гандбол.	**Знает:** - терминологию и классификацию в подвижных и спортивных играх; - терминологию спортивных и подвижных игр; - значение и виды подвижных и спортивных игр как базового вида спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по подвижным и спортивным играм; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - содержания и

			правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств подвижных и спортивных игр;
3	Техника спортивной игры и методика обучения.	**Баскетбол** Техника игры и методика обучения. Технические действия игры в нападении в баскетболе: Ведение, передача, ловля мяча. Бросок мяча. Выполнение технических приемов игры***.** Тактика игры и методика обучения. Технико-тактические действия игры в нападении. Взаимодействия игроков в нападении. Нападение с центровым игроком. Групповые тактические действия в нападении. Взаимодействия «тройка». Командные тактические действия в нападении. Быстрый прорыв. Позиционное нападение. Технико-тактические действия игры в защите**.** Личная защита. Зонная защита. **Волейбол** Техника игры и методика обучения. Технические приемы игры в нападении. Передача двумя руками сверху, нижняя прямая подача. Передача двумя руками снизу. Верхняя прямая подача. Прямой нападающий удар. Технические приемы игры в защите. Блокирование. Прием мяча после подачи. Выполнение технических приемов игры волейбол*. Тактика игры и методика обучения. Индивидуальная тактика игры в нападении и защите. Групповая тактика игры в нападении.	**Знает:** - терминологию и классификацию в подвижных и спортивных играх; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по спортивным и подвижным играм; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств подвижных и спортивных игр; - способы оценки результатов обучения в подвижных и спортивных играх. - основы обучения спортивным и подвижным играм; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств подвижных и спортивных игр; - особенности занятий подвижными и спортивными играми, с учащимися различных медицинских групп. **Умеет:** - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по спортивным и подвижным играм; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по спортивным и подвижным играм с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по спортивным и подвижным играм в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях

		Групповая тактика игры в защите. Командная тактика игры в нападении и защите. **Гандбол** Техника игры и методика обучения. Технические приемы игры в нападении в гандболе. Технические приемы игры в нападении и защите в гандболе. Выполнение технико-тактических действий в гандболе. * Тактика игры и методика обучения. Индивидуальные техническо-тактические действия в нападении и защите в гандболе. Действия при ловле, передаче мяча в гандболе. Действия при бросках мяча в гандболе. Групповые и командные технико-тактические действия в нападении и защите. Зонная защита. Боковой заслон. Быстрый прорыв	педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей подвижных и спортивных играх; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по спортивным и подвижным играм; - способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по подвижным и спортивным играм с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по спортивным и подвижным играм в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию спортивных и подвижных игр; - распределять на протяжении занятия средства подвижных и спортивных игр с учетом их влияния на организм занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнять упражнения подвижных и спортивных игр ; - использовать средства подвижных и спортивных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС); - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств подвижных и спортивных игр;

			-контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств подвижных и спортивных игр; - оценивать качество выполнения упражнений и определять ошибки в технике подвижных и спортивных игр; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений подвижных и спортивных игр, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности, занимающихся на занятиях по подвижным и спортивным играм; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся. **Имеет опыт:** - планирования занятий по спортивным и подвижным играм; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств подвижных и спортивных игр. - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с

			использованием средств подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся
4	Организация и проведение спортивных и подвижных игр в образовательных учреждениях	**Подвижные игры** Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях с дошкольниками. Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Комплекс подвижных игр для детей дошкольного возраста. Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 1-4 классах**.** Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Комплекс подвижных игр для учащихся 1-4 классов. Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 5-9 классах**.** Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Комплекс подвижных игр для учащихся 5-9 классов. Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 10-11 классах**.** Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Комплекс подвижных игр для учащихся 10-11 классов. Содержание и методика проведения подвижных игр во внеурочных и внешкольных формах физического воспитания в школе. Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Комплекс подвижных игр	**Знает:** - терминологию и классификацию в подвижных и спортивных играх; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по спортивным и подвижным играм; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств подвижных и спортивных игр; - способы оценки результатов обучения в подвижных и спортивных играх. - основы обучения спортивным и подвижным играм; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств подвижных и спортивных игр; - особенности занятий подвижными и спортивными играми, с учащимися различных медицинских групп. **Умеет:** - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по спортивным и подвижным играм; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по спортивным и подвижным играм с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по спортивным и подвижным играм в

		во внеурочных и внешкольных формах физического воспитания в школе. Содержание и методика проведения подвижных игр в занятиях по различным видам спорта. Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Комплекс подвижных игр в занятиях по различным видам спорта. Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях со студентами. Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Комплекс подвижных игр в занятиях со студентами. Содержание и методика проведения народных, национальных подвижных игр**.** Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Комплекс народных, национальных подвижных игр. Содержание и методика проведения подвижных игр с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья**.** Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Комплекс подвижных игр для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Организация и проведение подвижной игры по заданию. Учебная практика студентов по заданию. **Баскетбол** Проведение занятия по баскетболу в общеобразовательной школе. **Волейбол**	зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей подвижных и спортивных играх; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по спортивным и подвижным играм. - способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по подвижным и спортивным играм с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по спортивным и подвижным играм в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию спортивных и подвижных игр; - распределять на протяжении занятия средства подвижных и спортивных игр с учетом их влияния на организм занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнять упражнения подвижных и спортивных игр; - использовать средства подвижных и спортивных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС); - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными

		Проведение занятия по волейболу в общеобразовательной школе. **Гандбол** Проведение занятия по гандболу в общеобразовательной школе.	приборами на занятиях физической культурой с использованием средств подвижных и спортивных игр; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств подвижных и спортивных игр; - оценивать качество выполнения упражнений и определять ошибки в технике подвижных и спортивных игр; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений подвижных и спортивных игр, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности, занимающихся на занятиях по подвижным и спортивным играм; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся. **Имеет опыт:** - планирования занятий по спортивным и подвижным играм; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств подвижных и спортивных игр; - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр;

			- проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся.
5	Обеспечение техники безопасности при занятиях спортивными и подвижными играми	**Подвижные игры** Содержание и методика проведения подвижных игр с различным двигательным содержанием. **Баскетбол** Обеспечение техники безопасности при занятиях баскетболом. **Волейбол** Обеспечение техники безопасности при занятиях волейболом. **Гандбол** Обеспечение техники безопасности при занятиях гандболом.	**Знает:** - санитарно-гигиенические требования к занятиям подвижными и спортивными играми, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий подвижными и спортивными играми; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств подвижных и спортивных игр; **Умеет:** - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений спортивных и подвижных игр; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по подвижным и спортивным играм; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по подвижным и спортивным играм. **Имеет опыт:** - обеспечения безопасности при проведении тренировочного занятия по подвижным и спортивным играм; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;

6	Организация и проведение соревнований по подвижным и спортивным играм	**Баскетбол** Организация и проведение соревнований по баскетболу. **Волейбол** Организация и проведение соревнований по волейболу. **Гандбол** Организация и проведение соревнований по гандболу.	**Знает:** - правила и организацию соревнований в подвижных и спортивных играх; - способы оценки результатов обучения в подвижные и спортивные игры; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; **Умеет:** - осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - использовать существующие методики проведения соревнований по подвижным и спортивным играм, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по подвижным и спортивным играм; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности, занимающихся на занятиях по подвижным и спортивным играм. **Имеет опыт:** - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся

4.2 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
3 СЕМЕСТР

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция №1. (*Тема 1.1.* История возникновения и развития подвижных игр) Этапы возникновения и развития подвижных игр. Развитие подвижных игр в России. Созидательная роль подвижных игр во всех отраслях жизнедеятельности человека. **План лекции:** 1. Место подвижных игр в системе физического воспитания. 2. История возникновения и развития подвижных игр. 3. Развитие Отечественной теории подвижных игр. 4. Подвижные игры как феномен общекультурных и социальных ценностей современного общества.	2
1	Лекция №2. (*Тема 1. 2.* Общая характеристика подвижных игр) Подвижные игры как вид двигательной деятельности**.** Характеристика и влияние подвижных игр на организм занимающихся. Функции подвижных игр. **План лекции:** 1. Подвижные игры как средство и метод физического воспитания. 2. Значение подвижных игр в системе спортивной подготовки. 3. Функции подвижных игр. 4. Характеристика двигательной деятельности в подвижных играх.	2
2	Лекция №3. (*Тема 2.1.* Классификация и терминология в подвижных играх) Подвижные игры как предмет изучения. Основные понятия: игра, игровой метод, подвижная игра, содержание подвижной игры, форма подвижной игры, методические особенности подвижной игры. Народные подвижные игры, творческие подвижные игры, организованные подвижные игры, некомандные подвижные игры, переходные подвижные игры, командные подвижные игры, спортивные игры, предмет игры. Варианты группировок подвижных игр. **План лекции:** 1. Предмет и основные понятия подвижных игр. 2. Педагогическая группировка подвижных игр.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
5	Занятие № 1. (Тема 5.1. Содержание и методика проведения подвижных игр с различным двигательным содержанием) **План занятия:** Техника безопасности при проведении: некомандных, переходных и командных подвижных игр. Направленность содержания П.И.: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, формирование двигательного опыта, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств. Техника безопасности при проведении: линейных, встречных и круговых эстафет.	2
4	Занятие № 2.	2

	(Тема 4.1. Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях с дошкольниками) **План занятия:** Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ. ПИ-средство, форма и метод физического воспитания дошкольников. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности дошкольников, формы занятий, место и условия проведения, инвентарь. Классы ПИ: некомандные, переходные, командные. Педагогическое значение ПИ: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, формирование двигательного опыта, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.	
4	Занятие № 3. (Тема 4.1. Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях с дошкольниками) **План занятия:** Педагогическое значение ПИ: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, формирование двигательного опыта, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя. Комплекс подвижных игр для детей дошкольного возраста.	2
4	Занятие № 4 (Тема 4.1. Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях с дошкольниками.) **План занятия:** «Классификация подвижных игр. Содержание, методика организации и проведения подвижных игр с дошкольниками» - Опрос	2
4	Занятие № 5 (Тема 4.2. Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 1-4 классах) **План занятия:** Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод физического воспитания. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности учащихся 1-4 классах, структура урока физического воспитания, место и условия проведения, инвентарь, количество учащихся. Классы ПИ: некомандные, переходные, командные. Педагогическое значение ПИ: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.	2
4	Занятие № 6 (Тема 4.2. Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 1-4 классах) **План занятия:** 1. Педагогическое значение ПИ: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, управление двигательной активностью, воспитание	2

	личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. 2.Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя. 3. Комплекс подвижных игр для учащихся 1-4 классов.	
4	Занятие № 7 (Тема 4.3. Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 5-9 классах) **План занятия:** Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод физического воспитания. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности учащихся 5-9 классах, структура урока физического воспитания, место и условия проведения, инвентарь, количество учащихся. Классы ПИ: некомандные, переходные, командные. Педагогическое значение ПИ: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.	2
4	Занятие №8 (Тема 4.3. Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 5-9 классах) **План занятия:** 1. Педагогическое значение ПИ: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. 2. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя. 3. Комплекс подвижных игр для учащихся 5-9 классов.	2
4	Занятие № 9 (Тема 4.4. Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 10-11 классах) **План занятия:** Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод физического воспитания. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности учащихся 10-11 классах, структура урока физического воспитания, место и условия проведения, инвентарь, количество учащихся. Классы ПИ: некомандные, переходные, командные. Педагогическое значение ПИ: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.	2
4	Занятие № 10 (Тема 4.5. Содержание и методика проведения подвижных игр во внеурочных и внешкольных формах физического воспитания в школе) **План занятия:** Содержание учебного материала темы в виде логической структуры.	2

	Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод физического воспитания. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности учащихся, неурочные формы занятия, место и условия проведения, инвентарь, количество учащихся. Классы ПИ и примеры ПИ во внеурочных и внешкольных занятиях. Направленность содержания ПИ: организация активного отдыха, организация активного отдыха, организация досуга. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя. Комплекс подвижных игр во внеурочных и внеклассных формах физического воспитания в школе.	
4	Занятие № 11 (Тема 4.5. Содержание и методика проведения подвижных игр во внеурочных и внешкольных формах физического воспитания в школе.) **План занятия:** Классы ПИ и примеры ПИ во внеурочных и внешкольных занятиях. Направленность содержания ПИ: организация активного отдыха, организация активного отдыха, организация досуга. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя. Комплекс подвижных игр во внеурочных и внеклассных формах физического воспитания в школе.	2
4	Занятие№ 12 **План занятия**: «Содержание, методика организации и проведения подвижных игр в общеобразовательной школе» - Опрос	2
4	Занятие № 13 **План занятия:** «Содержание, методика организации и проведения подвижных игр в общеобразовательной школе» - Опрос	2
4	Занятие № 14 (Тема 4.6. Содержание и методика проведения подвижных игр в занятиях по различным видам спорта) **План занятия:** Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод спортивной подготовки. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности занимающихся, структура тренировочного занятия, виды спортивной подготовки, периоды спортивной тренировки. Примеры в различных видах спорта: ПИ в занятиях гимнастикой, легкой атлетикой, лыжным спортом, борьбой, плаванием, спортивными играми. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.	2
4	Занятие № 15 (Тема 4.6. Содержание и методика проведения подвижных игр в занятиях по различным видам спорта) **План занятия:** Примеры в различных видах спорта: ПИ в занятиях гимнастикой, легкой атлетикой, лыжным спортом, борьбой, плаванием, спортивными играми. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя. Комплекс подвижных игр в занятиях по различным видам спорта.	2
4	Занятие № 16	2

	(Тема 4.6. Содержание и методика проведения подвижных игр в занятиях по различным видам спорта.) **План занятия:** «Содержание, методика организации и проведения подвижных игр в занятиях по различным видам спорта» - Учебная практика	
4	Занятие № 17 (Тема 4.7. Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях со студентами) **План занятия:** Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод спортивной подготовки. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности занимающихся, структура тренировочного занятия. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.	2
4	Занятие № 18 (Тема 4.8. Содержание и методика проведения подвижных игр в спортивно-массовой работе) **План занятия:** 1. Содержание и методика проведения подвижных игр в фитнесе. Комплекс подвижных игр. 2. Содержание и методика проведения подвижных игр в оздоровительных лагерях. Комплекс подвижных игр. 3. Содержание и методика проведения подвижных игр во время тимбилдинга. Комплекс подвижных игр. 4. Соревнования по подвижным играм. Комплекс подвижных игр.	2
4	Занятие № 19 (Тема 4.9. Содержание и методика проведения народных, национальных подвижных игр) **План занятия:** Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод физического воспитания и ПИ - как средство народной педагогики. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности учащихся, неурочные формы занятия, место и условия проведения, инвентарь, количество учащихся и культура, и быт народа, условия проживания народа. Классы ПИ и примеры народных ПИ: некомандные, переходные, командные и русские народные игры, игры народов мира. Направленность содержания ПИ: организация активного отдыха, организация досуга. 6. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.	2
4	Занятие № 20 (Тема 4.10. Организация и проведение подвижной игры по заданию) **План занятия:** 1. Деятельность педагога по руководству подвижной игрой. 2. Характеристика элементов деятельности: выбор игры, подготовка места и инвентаря к проведению игры, руководство игрой, подведение итогов. 3. Правила написания конспекта подвижной игры. 4. Распределение заданий для самостоятельного проведения подвижной игры.	2
4	Занятие № 21 (Тема 4.9. Содержание и методика проведения подвижных игр с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья) **План занятия:**	2

	Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод физического воспитания и ПИ - как средство АФК. Факторы, определяющие выбор ПИ: особенности учащихся с отклонениями в состоянии здоровья, формы занятия, место и условия проведения, инвентарь, Классы ПИ и примеры ПИ: некомандные, переходные, командные. Содержание ПИ с учетом особенностей отклонений в состоянии здоровья. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.	
4	Занятие № 22 (Тема 4.9. Содержание и методика проведения подвижных игр с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья) **План занятия:** Содержание ПИ с учетом особенностей отклонений в состоянии здоровья. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя. Комплекс подвижных игр для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.	2
4	Занятие № 23 «Содержание и методика проведения подвижных игр с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья» – Опрос	2
4	Занятие № 24 (Тема 4.11: Учебная практика студентов по заданию) «Проведение подвижной игры по заданию» - УЧЕБНАЯ ПРАКТИКА **План занятия:** Проведение подвижной игр по заданию (контроль практических умений). Предоставление конспекта игры по заданию. Руководство участниками ПИ. Изучение ПИ в качестве руководителя.	2
4	Занятие № 25 (Тема 4.11: Учебная практика студентов по заданию) «Проведение подвижной игры по заданию» - УЧЕБНАЯ ПРАКТИКА **План занятия:** Проведение подвижной игр по заданию (контроль практических умений). Предоставление конспекта игры по заданию. Руководство участниками ПИ. Изучение ПИ в качестве руководителя.	2
4	Занятие №26 **План занятия:** «Содержание, методика организации и проведения подвижных игр в урочных и неурочных формах физического воспитания» - Опрос	2

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
4 СЕМЕСТР

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
	РАЗДЕЛ БАСКЕТБОЛ	
1	ЛЕКЦИЯ № 1. (Тема 1.1. История возникновения и развития баскетбола, общая характеристика и правила игры. Тема 2.1. Систематика, терминология и классификация техники и тактики игры баскетбол.)	2

	План лекции: 1. История возникновения и развития баскетбола. 2. Общая характеристика игры баскетбол. 3. Правила игры. 4. Систематика, терминология и классификация техники и тактики игры баскетбол.	
	РАЗДЕЛ ВОЛЕЙБОЛ	
1	ЛЕКЦИЯ № 1 (Тема 1.1. История возникновения и развития волейбола, общая характеристика и правила игры. Тема 2.1. Систематика, терминология и классификация техники и тактики игры волейбол) **План лекции:** 1. История возникновения и развития волейбола. 2. Общая характеристика игры волейбол. 3. Правила игры волейбол. 4. Классификация техники и тактики игры волейбол.	2
	РАЗДЕЛ ГАНДБОЛ	
1	ЛЕКЦИЯ № 1 (Тема 1. 1. История возникновения и развития гандбола, общая характеристика и правила игры. Тема 2.1. Систематика, терминология и классификация техники и тактики игры гандбол) **План лекции:** 1. История возникновения и развития гандбола. 2. Общая характеристика игры в гандбол. 3. Правила игры гандбол. 4. Классификация техники и тактики игры в гандболе.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
	РАЗДЕЛБАСКЕТБОЛ	
5 3	Занятие № 1 **План занятия**: 1. Техника безопасности на занятиях баскетболом. 2. Передвижения, остановки, повороты. 3. Школа мяча (держание, катание, жонглирование мяча). 3. Подвижные игры с элементами баскетбола.	2
3	Занятие № 2 **План занятия**: 1. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении. 2. Ведение мяча (на месте, в движении, с изменением скорости и направления движения, переводы мяча). 3. Подвижные игры с элементами баскетбола.	2
3	Занятие № 3 **План занятия:** 1. Ведение мяча в сочетании с ловлей и различными видами передач мяча в движении (поступательные, последовательные, длинные через всю площадку). 2. Бросок одной рукой сверху с места с ближней и средней дистанций, штрафной бросок. 3. Подвижные игры с элементами баскетбола.	2
3	Занятие № 4 **План занятия:** 1. Броски в корзину одной рукой сверху в движении (после ведения, после ловли).	2

	2. Подбор мяча. 3. Выполнение контрольных упражнения. Оценка технических навыков	
3	Занятие №5 **План занятия:** 1. Технические приемы защиты (выбивание, вырывание, перехват, накрывание). Основы тактики индивидуальной защиты на игроке с мячом. 2. Индивидуальные тактические действия игрока с мячом. Основы обыгрыша 1х1 3. Учебная игра в баскетбол. Правила игры в баскетбол.	2
3	Занятие№ 6 **План занятия**: 1. Основы тактики игры в нападении без мяча (выход для получения мяча, входы к кольцу). 2. Основы тактики индивидуальной защиты на игроке на игроке без мяча. 3. Учебная игра в баскетбол. Правила игры в баскетбол.	2
3	Занятие № 7 **План занятия**: 1. Противодействие открыванию и входам. 2. Взаимодействие нападающих при розыгрыше ситуации большинства 2х1. Защита в меньшинстве 1х2. 3. Учебная игра в баскетбол. Правила игры в баскетбол.	2
3 6	Занятие № 8 **План занятия**: 1. Взаимодействие нападающих «Передал мяч - выходи». 2. Основы групповых тактических взаимодействий в защите. 1. 3. Учебная игра, практика судейства.	2
3 6	Занятие№ 9 **План занятия**: 1. Взаимодействие игроков нападения «Заслон игроку с мячом». 2. Взаимодействие игроков защиты против заслона игроку с мячом (проскальзывание, переключение). 3. Учебная игра, практика судейства.	2
3 6	Занятие № 10 **План занятия**: 1. Основы командного взаимодействия в нападении «Быстрый прорыв». Основы противодействия быстрому прорыву (защита в меньшинстве). 2. Основы специального нападения при вбрасываниях (в тыловой зоне, в передовой зоне). 3. Учебная игра в баскетбол, практика судейства.	2
РАЗДЕЛВОЛЕЙБОЛ		
3	Занятие № 1 (Тема 3.1. Технические приемы игры в нападении Тема 5. 1. История появления и развития волейбола. Правила игры в волейбол. **План занятия**: 1.История возникновения игры в волейбол. 2.Развитие волейбола в СССР и РФ. 3.Правила игры в волейбол. 4.Характеристика и классификация игры в волейбол.	2
4	Занятие № 2 (Тема 4.1. Теоретические основы знаний по волейболу. Тема 3.1. Технические приемы игры в нападении Тема 6.1. Организация и проведение соревнований по волейболу. Тема 5.1. Обеспечение техники безопасности при занятиях волейболом) **План занятия:** 1.Технические приёмы игры в нападении. Модель техники. 2.Технические приёмы игры в защите. Модель техники. 3.Тактика игры в нападении. 4.Тактика игры в защите.	2

	5.Основные судейские жесты. Дисквалификация и штрафные санкции, применяемые при нарушениях правил. Проведение соревнований по волейболу.	
3	Занятие № 3 **(**Тема 3.1 Технические приемы игры в нападении**)** **План занятия:** 1.Перемещения, стойки и остановки игрока. Передача двумя руками сверху и снизу. 2.Нижние подачи. Прямой нападающий удар в опорном положении. 3.Прием мяча двумя руками снизу после подачи. 4.Верхняя прямая подача. 5.Учебная игра волейбол. 6.Оценка судейских навыков студентов.	2
3	Занятие № 4 (Тема 3.1. Технические приемы игры в защите) **План занятия:** 1.Прямой нападающий удар в безопорном положении. 2.Блокирование (одиночное, групповое). 3.Прием нападающего удара. 4.Оценка судейских навыков студентов.	2
3	Занятие № 5 (Тема 3.2. Индивидуальная тактика игры в нападении и защите) **План занятия:** 1.Индивидуальные действия в нападении. 2.Индивидуальные действия в защите. 3.Учебная игра волейбол. 4.Оценка судейских навыков студентов	2
3	Занятие № 6 (Тема 3.2. Групповая тактика игры в нападении) **План занятия:** 1.Групповые действия в нападении. 2.Индивидуальные действия в нападении. 3.Учебная игра волейбол. 4.Оценка судейских навыков студентов**.**	2
3	Занятие № 7 (Тема 3.2. Групповая тактика игры в защите) **План занятия:** 1. Групповые действия в защите. 2. Индивидуальные действия в защите. 3.Учебная игра волейбол. 4.Оценка судейских навыков студентов.	2
6	Занятие № 8 (Тема 3.2. Командная тактика игры в нападении.) **План занятия:** 1.Техника безопасности при занятиях волейболом. 2. Командные действия в нападении. 3. Система нападения через связующего игрока передней линии. 4. Система нападения через связующего игрока, выходящего с задней линии. 5. Система нападения с первой передачи или откидки. 6. Учебная игра. 7. Оценка судейских навыков студентов.	2
3	Занятие № 9 (Тема 3.3 Командная тактика игры в защите.) **План занятия:** 1. Командные действия игры в защите. 2. Система игры в защите без страхующего игрока. 3. Система игры в защите «углом вперёд».	2

	4. Система игры в защите «углом назад». 6. Учебная игра. 7. Оценка судейских навыков студентов.	
	РАЗДЕЛ ГАНДБОЛ	
3	Занятие № 1 (Тема 3.1. Технические приемы игры в нападении в гандболе. Тема 5.1. Обеспечение техники безопасности при занятиях гандболом). **План занятия:** 1.Стойки и передвижения гандболиста. 2. Бег, остановки, повороты. 3. Ловля мяча двумя руками. 4. Держание мяча и передача мяча согнутой рукой сверху после 3-х шагов. 5. Подвижная игра: «Мяч среднему».	2
3	Занятие № 2 (Тема 3.1. Технические приемы игры в нападении и защите) **План занятия:** 1.Бег с изменением направления, финты на изменение направления. 2.Передача мяча согнутой рукой сверху и сбоку после 3-х шагов (в движении). 3.Выбор позиции для получения мяча и держание игрока. 4.Ведение мяча, выбивание мяча. 5.Подвижные игры: «Борьба за мяч» (по зонам), «Защита крепостей».	2
4	Занятие № 3 (Тема 4.1. Проведение занятия по гандболу в общеобразовательной школе. Тема 3.2. Индивидуальные техническо-тактические действия в нападении и защите.). **План занятия:** 1.Передвижение гандболиста. 2.Комбинированные упражнения в ловле, передаче и бросках мяча в движении. 3.Броски мяча согнутой рукой сверху в опоре. 4.Стойка вратаря, передвижение в воротах, задержание мяча. 5.Учебная игра в гандбол на одни ворота и на двое ворот. 6. 7-метровый штрафной бросок. 7.Подвижная игра: «Пятнашки» (два вида). 8. Комбинированные упражнения в бросках мяча в ворота с вратарем. 9.Бросок мяча согнутой рукой в прыжке. 10.Учебная игра в гандбол.	2
3	Занятие № 4 (Тема 3.2. Групповые и командные технико-тактические действия в нападении и защите.) **План занятия:** 1.Передвижение гандболиста. 2.Бросок мяча согнутой рукой сверху в прыжке с ближних дистанций. 3.Внешний и внутренний заслон. 4.Переключение в защите. 5.Учебная игра с применением зонной системы защиты 6:0 и позиционного нападения 3:3. 6.Быстрый отрыв. 7. Броски мяча с дальних дистанций. 8. Блокирование мяча при бросках с дальних дистанций. 9.Блокирование игрока. 10. Проскальзывание при игре в позиционной защите. 11. Учебная игра. Позиционная система защиты 6:0 против позиционного нападения 3:3. 12. Практика судейства.	2
	Занятие № 5 (Тема 6.1. Организация и проведение соревнований по гандболу.	

6	Тема 5.1. Обеспечение техники безопасности при занятиях гандболом. Тема 3.2. Групповые и командные технико-тактические действия в нападении и защите) **План занятия:** 1.Организация и проведение первенства группы по гандболу. 2.Техника безопасности при занятиях гандболом. 3.Комбинированные упражнения с применением изученных приемов игры. 4. Быстрый прорыв с использованием коротких и длинных передач. 5.Учебная игра с применением комбинированной системы защиты 5+1 и позиционного нападения 3:3. 6. Практика судейства.	2
3	Занятие № 6 (Тема 3.3Выполнение технико-тактических действий в гандболе) **План занятия:** 1. Выполнение комбинированного упражнения на время: бег с изменением направления, остановки, повороты, передачи, ловлю мяча и бросок мяча в прыжке в завершающей стадии. 2. Оценивание практических умений.	2
3	Занятие № 7 (Тема 3.3Выполнение технико-тактических действий в гандболе) **План занятия:** 3. Выполнение комбинированного упражнения на время: бег с изменением направления, остановки, повороты, передачи, ловлю мяча и бросок мяча в прыжке в завершающей стадии. Оценивание практических умений	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
III КУРС 3 СЕМЕСТР

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
5	Занятие № 1 (Тема 5.1. Содержание и методика проведения подвижных игр с различным двигательным содержанием. Тема 4.1. Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях с дошкольниками. Тема 4.2. Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 1-4 классах). **План занятия:** Техника безопасности при проведении: некомандных, переходных и командных подвижных игр. Направленность содержания П.И.: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, формирование двигательного опыта, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств. Техника безопасности при проведении: линейных, встречных и круговых эстафет. Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ. ПИ-средство, форма и метод физического воспитания дошкольников. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности дошкольников, формы занятий, место и условия проведения, инвентарь. Классы ПИ: некомандные, переходные, командные. Педагогическое значение ПИ: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, формирование двигательного опыта, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.	2

4	Занятие № 2 (Тема 4.3. Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 5-9 классах. Тема 4.4. Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 10-11 классах. Тема 4.5. Содержание и методика проведения подвижных игр во внеурочных и внешкольных формах физического воспитания в школе. Тема 4.6. Содержание и методика проведения подвижных игр в занятиях по различным видам спорта) **План занятия:** Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод физического воспитания. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности учащихся 5-9 классах, структура урока физического воспитания, место и условия проведения, инвентарь, количество учащихся. Классы ПИ: некомандные, переходные, командные. Педагогическое значение ПИ: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя. 1. Педагогическое значение ПИ: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. 2. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя. 3. Комплекс подвижных игр для учащихся 5-9 и 10-11 классов.	2
4	Занятие № 3 (Тема 4.7. Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях со студентами. Тема 4.8. Содержание и методика проведения народных, национальных подвижных игр. Тема 4.9. Содержание и методика проведения подвижных игр с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья) **План занятия:** Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод спортивной подготовки. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности занимающихся, структура тренировочного занятия. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя. Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод физического воспитания и ПИ - как средство народной педагогики. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности учащихся, неурочные формы занятия, место и условия проведения, инвентарь, количество учащихся и культура, и быт народа, условия проживания народа. Классы ПИ и примеры народных ПИ: некомандные, переходные, командные и русские народные игры, игры народов мира. Направленность содержания ПИ: организация активного отдыха, организация досуга. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.	2

	Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод физического воспитания и ПИ - как средство АФК. Факторы, определяющие выбор ПИ: особенности учащихся с отклонениями в состоянии здоровья, формы занятия, место и условия проведения, инвентарь, Классы ПИ и примеры ПИ: некомандные, переходные, командные. Содержание ПИ с учетом особенностей отклонений в состоянии здоровья. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.	

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
III КУРС 4 СЕМЕСТР
ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	Занятие № 1. (Тема 1.1. История возникновения и развития спортивных игр, общая характеристика и правила игры. Тема 2.1. Систематика, терминология и классификация техники и тактики спортивных игр.) **План лекции:** 1. История возникновения и развития спортивных игр. 2. Общая характеристика спортивных игр. 3. Правила игры. 1. Систематика, терминология и классификация техники и тактики спортивных игр.	2
	Раздел Баскетбол	
3	Занятие № 2 (Тема 3.1. Технические действия игры баскетбол в нападении; Тема 3.2. Технико-тактические действия игры баскетбол в нападении и в защите) **План занятия**: 2. Передвижения, остановки, повороты. 3. Школа мяча (держание, катание, жонглирование мяча). 4. Ведение мяча на месте и в движении (с изменением направления и скорости движения, с переводами мяча). 5. Ловля и передачи мяча. 6. Броски мяча с места (с ближней и средней дистанции, штрафной бросок) и в движении. 7. Подбор мяча. 8. Технические приемы защиты (выбивание, вырывание, перехват, накрывание). 9. Основы индивидуальных тактических действий, обыгрыш 1х1. 10. Основы индивидуальных защитных действий на игроке с мячом и без мяча. 11. Основы индивидуальных тактических действий в нападении без мяча (открывания и входы). 12. Розыгрыш большинства в нападении 2х1. Защита в меньшинстве 1х2. 13. Взаимодействие игроков нападения «передал мяч - выходи». 14. Защитные взаимодействия против «передал мяч - выходи» (противодействие открыванию и входам). 15. Взаимодействие игроков нападения «заслон игроку с мячом». 16. Защитные взаимодействия против «заслона игроку с мячом» (проскальзывание, переключение). 17. Быстрый прорыв. Противодействие быстрому прорыву. 18. Основы специального нападения при вбрасываниях.	2

	19. Основы позиционного нападения (расстановка пяти игроков по точкам в соответствии с амплуа). Противодействие позиционному нападению (смещение игроков и подстраховка). Учебная игра в баскетбол, практика судейства.	
	Раздел Волейбол	
3	Занятие № 2 (Тема 3.3. Технические приемы игры волейбол в нападении.) **План занятия**: 1. Стойки и передвижения в волейболе (приставным шагом правым и левым боком, спиной вперед). 2. Передача двумя руками сверху над собой и вперед партнеру (передача на месте и после перемещения). 3. Нижняя прямая подача, передача двумя руками снизу (передача на месте и после перемещения). Нижняя боковая подача. 4. Прием мяча с подачи двумя руками сверху. Передача двумя руками сверху и снизу после перемещения в парах и тройках. Верхняя прямая подача. 5. Прием мяча после нападающего удара. Прямой нападающий удар. 6. Блокирование (одиночное и групповое). Верхняя прямая подача на силу и точность. Прием мяча двумя руками снизу после подачи. 7. Индивидуальные, групповые, командные действия в нападении и защите. 8. Система нападения через игрока 1 линии. Системы игры в защите («углом вперед», «углом назад»). 9. Учебная игра волейбол. Оценка судейских навыков студентов.	2
	Раздел Гандбол	
3	Занятие № 3 (Тема 3.5. Технические приемы игры в нападении и защите в гандболе.) **План занятия**: 1. Стойки и передвижения гандболиста. 2. Бег, остановки, повороты. 3. Ловля мяча двумя руками. 4. Держание мяча и передача мяча согнутой рукой сверху после 3-х шагов. 5. Бег с изменением направления, спортивное хождение, финты на изменение направления. 6. Выбор позиции для получения мяча и держание игрока. 7. Ведение мяча. 8. Броски мяча согнутой рукой сверху в прыжке. 9. Стойка вратаря, передвижение в воротах. 10. Передвижение нападающего в гандболе. 11. Комбинированные упражнения с ловлей, передачами и бросками мяча в ворота. 12. Броски мяча при единоборстве с защитником. 13. Блокирование мяча при бросках.	2
3	Занятие № 4 (Тема 1.1. История возникновения и развития спортивных игр, общая характеристика и правила игры. Тема 2.1. Систематика, терминология и классификация техники и тактики спортивных игр.) **План занятия:** «История возникновения и развития спортивных игр, общая характеристика и правила игры.» - Опрос	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Подвижные игры : учебное пособие / О.С. Шалаев, В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск, 2019. – 158 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 322 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11314-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/517434
3. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры : учебник / Ю.М. Макаров, Н.В. Луткова, Л.Н. Минина [и др.]; под ред. Ю. М. Макарова. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 270, [1] с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Алхасов, Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры : учебник для вузов / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 313 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14409-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/520092
2. Базовые виды спорта. Волейбол : учебное пособие / составители Л. Н. Мартьянова, О. В. Косенович. — Ижевск : Ижевская ГСХА, 2020. — 64 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/158621. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Базовые виды спорта. Футбол : учебное пособие. — Ижевск : Ижевская ГСХА, 2020. — 84 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/158622. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Власова, Е.М. Подвижные игры и игровые упражнения в школьной системе физического воспитания : (учебное пособие) / Е.М. Власова; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта. - Великие Луки : [б. и.], 2011. - 126 с.
5. Губа, В.П. Теория и методика спортивных игр : учебник / В.П. Губа. — Москва : Спорт, 2020. — 717, [1] с. : ил.
6. Журин, А.В. Спортивные игры. Анализ технических приемов игры в волейбол : учебное пособие / А.В. Журин. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 58 с. : ил.
7. Инновационные технологии в спортивных играх: теория и практика : учебное пособие (сборник лекций) для студентов вузов физ. культуры / Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры ; авт.-сост. В.П. Черемисин. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2015. – 258 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Калинина, И.Н. Ориентация и отбор в спортивных играх (на примере футбола) : учебное пособие / И.Н. Калинина, В.А. Блинов ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики футбола и хоккея, Кафедра медико-биологических основ физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419

9. Подвижные игры: теория, методика и практика : учебно-методическое пособие / Министерство спорта Российской Федерации ; Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, Казань. - Казань : Отечество, 2017. – 136 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
10. Самостоятельная работа студентов по дисциплине теория и методика обучения базовым видам спорта: спортивные и подвижные игры (баскетбол) : учебно-методическое пособие / Ю.Н. Емельянова, И.Е. Коновалов, О.В. Матвиенко [и др.]; Министерство спорта Российской Федерации ; Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма. - Казань : Отечество, 2019. – 172 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
11. Спортивные игры: волейбол, баскетбол, бадминтон : учебное пособие / В.Г. Турманидзе, Л.М. Иванова, Г.С. Ковтун и др. ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2018. – 216 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563142
12. Теория и методика спортивных игр : учебник / под ред. Ю. Д. Железняка. — 10-е изд., стер. — Москва : Академия, 2017. — 460, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (представляется в виде перечня специализированных аудиторий (спортивных сооружений), имеющегося оборудования и инвентаря, компьютерной техники, программного обеспечения):

- специализированная аудитория, оснащенная мультимедийными средствами;
- специально оборудованная спортивная площадка для различных видов спортивных игр. Баскетбол: баскетбольная площадка с разметкой, баскетбольные кольца. Волейбол: волейбольная площадка с разметкой, волейбольная сетка. Гандбол: гандбольная площадка с разметкой, гандбольные ворота.
- инвентарь в соответствии с требованиями, утвержденными правилами спортивной игры (баскетбольный мяч, волейбольный мяч, гандбольный мяч).
- инвентарь для проведения подвижных игр и эстафет. (Кубики, кегли, обручи, скакалки, мячи резиновые, мячи волейбольные, мячи баскетбольные, гимнастические скамейки, малые теннисные мячи, клюшки).
- помещения для хранения и подготовки спортивного игрового инвентаря, а так же для переодевания, отвечающие действующим санитарным нормам и принадлежащие ВУЗу.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра физиологии

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Физиология человека

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 – Физическая культура лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02-Физическая культура лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

29 августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____Мельников Д.С.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022г., протокол №01

Авторы-разработчики:
Ст.преподаватель: Кудрявцева Н.В.

Санкт-Петербург 2022

1. **МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:**

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной форме обучения, на 2 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(зачет, экзамен).***

2. **ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ**:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Обучение	ОПК-4. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся
Развитие	ОПК-7. Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций
Планирование	ОПК-13. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-4. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся	ОПК – 4.1 Знает: - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; ОПК-4.2. Умеет: использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма ОПК-4.3. Имеет опыт: применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола;	Знает: - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; Умеет: использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма Имеет опыт: применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; сбора и обобщения информации в том числе с

		применением информационно-коммуникационных технологий, навыки самостоятельной работы, самоорганизации и организации выполнения действий; анализа результатов и формулирования выводов.
ОПК-7. Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций	ОПК-7.1. Знает: виды физических качеств и факторы, их определяющие ОПК-7.2. Умеет: учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; ОПК-7.3. Имеет опыт: владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся	Знает: виды физических качеств и факторы, их определяющие Умеет: учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; Имеет опыт: владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся использованием информационно-коммуникационные технологии (ИКТ)
ОПК-13. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	ОПК-13.1. Знает: физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; ОПК-13.2. Умеет: выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; − описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; ОПК-13.3. Имеет опыт: составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и	Знает: физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; Умеет: выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; − описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; Имеет опыт: составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и

	возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ	возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ использование информационно-коммуникационные технологии (ИКТ)

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		108			54	54				
В том числе:										
Занятия лекционного типа		40			20	20				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		68			34	34				
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		24			6	18				
Самостоятельная работа студента		84			48	36				
Выполнение курсовой работы		36				36				
Общая трудоемкость	**часы**	**216**								
	зачетные единицы	**6**			3	3				

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		216			8	8					
В том числе:											
Занятия лекционного типа		**4**			2	2					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		**12**			6	6					
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		**13**			4	9					
Самостоятельная работа студента		**187**			96	91					
Выполнение контрольной работы		16			16						
Выполнение курсовой работы		36				36					
Общая трудоемкость	**часы**	**216**									
	зачетные единицы	**6**			3	3					

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Введение. Значение физиологии для теории и практики физической культуры	Значение физиологии для теории и практики физической культуры и спорта; Предмет физиология, её связь с другими науками и значения для теории и практики физической культуры и спорта; Методы физиологических исследований; Основные этапы развития физиологии; Основные физиологические понятия.	Знает: - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; Умеет: использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма Имеет опыт: применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола в том числе с использованием информационно-коммуникационные технологии (ИКТ).
2.	Основные функции ЦНС. Особенности проведения возбуждения через нервные центры. Торможение в ЦНС. Координация деятельности ЦНС. регуляция произвольных движений.	Основные функции и методы исследования ЦНС; Основные функции и типы нейронов; Особенности проведения возбуждения через нервные центры; Значение процессов торможения в нервной деятельности; Тормозные синапсы и тормозные нервные клетки; Пресинаптическое и постсинаптическое торможение; Процессы иррадиации и концентрации возбуждения. Доминанта; Регуляция произвольных движений. Современные методы исследования функционального	Знает: - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; Умеет: использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма Имеет опыт: применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях

		состояния ЦНС, применение цифровых технологий при изучении НС человека	организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; в том числе с применением информационно-коммуникационных технологий для оценки функционального состояния различных систем организма, анализировать результаты методов исследования функционального состояния организма и давать комплексную оценку состояния здоровья человека
3.	Высшая нервная деятельность.	Условия образования и разновидности условных рефлексов; Внутреннее и внешнее торможение условных рефлексов; Динамический стереотип, его роль в обучении; Типы ВНД. Первая и вторая сигнальные системы. Высшие психические функции, методы психофизиологического тестирования. Современные аппаратно-программные комплексы для изучения психофизиологического статуса человека	Знает: виды физических качеств и факторы, их определяющие Умеет: учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; Имеет опыт: владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся
4	Физиология возбуждения тканей. Механизмы мышечного сокращения. Сила и работа мышц.	Мембранные потенциалы покоя; Потенциалы действия. Электромиограмма; проводные и беспроводные методы ее регистрации. Проведение возбуждения по нервам и мышцам через нервно-мышечные синапсы; Функциональная организация скелетных мышц; Механизмы сокращения и расслабления мышечных волокон; Одиночное и тетаническое сокращение; Сокращение целой мышцы; Морфофункциональные проявления мышечной силы; Режимы работы мышц;	Знает: виды физических качеств и факторы, их определяющие Умеет: учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; Имеет опыт: владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся

		Энергетика мышечного сокращения; КПД мышечного сокращения.	сбора и обобщения информации в том числе с применением информационно-коммуникационных технологий, навыками самостоятельной работы, самоорганизации и организации выполнения действий; анализа результатов и формулирования выводов.
5	Общие свойства сенсорных систем. Зрительная сенсорная система. Слуховая вестибулярная и двигательная сенсорные системы. Значение сенсорных систем в спорте.	Обшие свойства и значение сенсорных систем; Физиологическая организация зрительной сенсорной системы; Преломление света (рефракция и аккомодация); Слуховая и вестибулярная сенсорные системы; Функции наружного, среднего и внутреннего уха; Барофункция уха. Бинауральный слух; Функция вестибулярной сенсорной системы; Функциональная устойчивость вестибулярной системы и методики её исследования; Двигательная сенсорная система. Значение сенсорных систем в спорте: Общая функциональная организация двигательной сенсорной системы; Разновидности и функции проприорецепторов; Взаимодействие сенсорных систем. Кинестетическая чувствительность; Значение сенсорных систем в спорте.	Знает: физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; Умеет: выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; Имеет опыт: составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ, сбора и обобщения информации в том числе с применением информационно-коммуникационных технологий, навыками самостоятельной работы, самоорганизации и организации выполнения действий; анализа результатов и формулирования выводов.

6.	Кровь как внутренняя среда организма. Эритроциты. Лейкоциты. Тромбоциты. Плазма крови.	Кровь как внутренняя среда организма. Эритроциты: Кровь как внутренняя среда организма, её состав (гематокрит); Объём и функции крови; Эритроциты, их количество, функции, изменения при мышечной деятельности в условиях высокогорья; Группы крови. Лейкоциты. Тромбоциты. Плазма крови: Лейкоциты, их количество, разновидность и функции; Изменение лейкоцитов при мышечной деятельности; Тромбоциты, их количество и роль в свёртывании крови; Плазма крови, её состав; Физико-химические свойства плазмы и их изменения при мышечной деятельности; Регуляция системы крови; Лимфа и лимфообразование.	Знает: - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; Умеет: использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма Имеет опыт: применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола;
7.	Физиология сердца. Физиологические закономерности кровообращения. физиология кровотока. регуляция кровообращения.	Свойства сердечной мышцы; Фазы сердечного цикла в покое и при работе; Методы исследования деятельности сердца; Электрокардиограмма, её основные показатели и их изменения при мышечной работе; Частота сердечных сокращений в покое и при мышечной работе; Систолический, резервный и остаточный объём крови в желудочках; Зависимость систолического объёма крови от размеров сердца, положения тела и объёма кровотока; Минутный объём крови, изменение систолического объёма и минутного объёма крови при мышечной работе; Общие закономерности гемодинамики, объёмная и линейная скорость кровотока; Функции артериальных и венозных сосудов, особенности кровотока в них; Микроциркуляция; Артериальное давление, факторы, их определяющие. Гипер- и гипотонические состояния;	Знает: физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; Умеет: выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; Имеет опыт: составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста

		Нервная и гуморальная регуляция деятельности сердца; Нервная и гуморальная регуляция просвета сосудов; Перераспределение кровотока при мышечной работе; Особенности регуляции кровообращения в скелетных мышцах при статической и динамической работе. Рабочая гипертония. Мышечный насос.	учащихся при освоении общеобразовательных программ,, сбора и обобщения информации в том числе с применением информационно-коммуникационных технологий, навыками самостоятельной работы, самоорганизации и организации выполнения действий; анализа результатов и формулирования выводов
8.	Процессы дыхания в организме. регуляция дыхания.	Внешнее дыхание, его механизмы и основные показатели; Обмен газов в лёгких и тканях; Перенос газов кровью; Нервная и гуморальная регуляция дыхания; Изменение дыхания при мышечной работе; Потребление кислорода, кислородный запрос, кислородный долг, МПК	Знает: физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; Умеет: выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; Имеет опыт: составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ, сбора и обобщения информации в том числе с применением информационно-коммуникационных технологий, навыками самостоятельной работы, самоорганизации и организации выполнения действий; анализа результатов и формулирования выводов

9.	Пищеварение, обмен веществ и энергии.	Пищеварение, обмен веществ и энергии: Общая характеристика процессов пищеварения, значение работ И. П. Павлова; Пищеварение в ротовой полости, желудке и кишечнике; Обмен белков, жиров и углеводов; Энергообмен при мышечной работе. Прямая и непрямая калориметрия; Органы выделения, функции почек; Мочеобразование, его механизмы; Функции потовых желез; Изменение мочеобразования и потовыделения при мышечной работе.	Знает: - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; Умеет: использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма Имеет опыт: применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола;
10.	Физиология выделительных процессов.	Общая характеристика выделительных процессов; Основные функции почек и методы их исследования; Особенности кровообращения в почках; Процесс мочеобразования: гломерулярная фильтрация и канальцевая реабсорбция; Регуляция мочеобразования; Состав мочи; Мочевыведение и мочеиспускание; Выделительная функция потовых желёз; Влияние мышечной деятельности на функции выделения.	Знает: физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; Умеет: выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; Имеет опыт: составления комплексов упражнений с учетом

			двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ
11	Физиологические основы терморегуляции.	Химическая и физическая терморегуляция; Нервная и гуморальная терморегуляция; Граница терморегуляции у человека; Теплообмен при мышечной деятельности	Знает: физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; Умеет: выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; Имеет опыт: составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ

12..	Железы внутренней секреции	Функции гормонов передней, средней и задней доли гипофиза; Роль гормонов гипофиза в регуляции других желез внутренней секреции; Функции гормонов щитовидной железы; Функции гормонов надпочечников; Значение гормонов надпочечников в стрессовых реакциях организма; Роль желез внутренней секреции в двигательной деятельности.	Знает: - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; Умеет: использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма Имеет опыт: применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола;

4.2. **СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ**

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

3 семестр

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
Тема 1	Лекция 1- Предмет физиологии, её связь с другими науками и значение для теории и практики физической культуры и спорта. Методы физиологических исследований. Основные этапы развития физиологии. Основные физиологические понятия	2
Тема 2	Лекция 2- Основные функции и методы исследования ЦНС. Применение цифровых технологий для изучения ЦНС Основные функции и типы нейронов. Особенности проведения возбуждения через нервные центры.	2
Тема 2.	Лекция 3 - Значение процессов торможения в нервной деятельности. Тормозные синапсы и тормозные нервные клетки. Пресинаптическое и постсинаптическое торможение. Процессы иррадиации и концентрации возбуждения. Доминанта. Рефлекторное кольцевое и программное управление движений. Роль различных отделов ЦНС в регуляции позно-тонических реакций. Роль различных отделов ЦНС в регуляции движений.	2

	Функции коры больших полушарий. Современные методики оценки функционального состояния ЦНС, термометрия, как методика оценки способности произвольного управления движениями	
Тема 3	Лекция 4 - Условия образования и разновидности условных рефлексов. Внутреннее и внешнее торможение условных рефлексов. Динамический стереотип, его роль в обучении. Типы ВНД. Первая и вторая сигнальная система. Высшие психические функции, методы психофизиологического тестирования. Современные аппаратно-программные комплексы для изучения психофизиологического статуса человека	2
Тема 4	Лекция 5 - Мембранные потенциалы покоя. Потенциалы действия. Электромиограмма, проводные и беспроводные методы ее регистрации Проведение возбуждения по нервам и мышцам через нервно-мышечные синапсы. Функциональная организация скелетных мышц. Механизмы сокращения и расслабления мышечного волокна. Одиночное и титаническое сокращение. Сокращение целой мышцы.	2
Тема 4	Лекция 6 - Морфофункциональные проявления мышечной силы. Режимы работы мышцы. Энергетика мышечного сокращения. КПД мышечного сокращения. Методики оценки силы. Комплекс MuscleLab для оценки динамической силы и для оценки скоростно силовых способностей (прыжки, ускорения)	2
Тема 5.	Лекция 7 - Общие свойства и значение сенсорных систем. Физиологическая организация зрительной сенсорной системы. Преломление света (рефракция и аккомодация). Фоторецепсия (функция палочек и колбочек).	2
Тема 5	Лекция 8 - Функция наружного, среднего и внутреннего уха. Барофункция уха. Бинауральный слух. Функции вестибулярной сенсорной системы. Функциональная устойчивость вестибулярной сенсорной системы и методики её исследования. Стабилометрия, применение биологической обратной связи Общая функциональная организация двигательной сенсорной системы. Разновидности и функции проприорецепторов. Взаимодействие сенсорных систем. Кинестетическая чувствительность. Применение роботизированных методов (BioDex) для оценки степени подвижности сустава, силы мышц и связок Значение сенсорных систем в спорте.	2
Тема 6	Лекция 9 - Кровь как внутренняя среда организма, её состав (гематокрит); Объём и функции крови; Эритроциты, их количество, функции, изменения при мышечной деятельности в условиях высокогорья; Группы крови.	2
Тема 6	Лекция 10 - Лейкоциты, их количество, разновидность и функции; Изменение лейкоцитов при мышечной деятельности; Тромбоциты, их количество и роль в свёртывании крови; Плазма крови, её состав; Физико-химические свойства плазмы и их изменения при мышечной деятельности; Регуляция системы крови; Лимфа и лимфообразование.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
Тема 2	Практическое занятие 1- Основные функции и методы исследования ЦНС. Основные функции и типы нейронов. Особенности проведения возбуждения через нервные центры	2
Тема 2	Практическое занятие 2 - Текущий контроль 1 Основные функции и методы исследования ЦНС. Основные функции и типы нейронов. Особенности проведения возбуждения через нервные центры. Значение процессов торможения в нервной деятельности. Тормозные синапсы и тормозные нервные клетки. Пресинаптическое и постсинаптическое торможение. Процессы иррадиации и концентрации возбуждения. Доминанта. Рефлекторное кольцевое и программное управление движений. Роль различных отделов ЦНС в регуляции	2

	позно-тонических реакций. Роль различных отделов ЦНС в регуляции движений. Функции коры больших полушарий	
Тема 3	Практическое занятие 3 - Определение функционального состояния ЦНС по устойчивости реакции и уровню функциональных возможностей. Применение аппаратно-программных комплексов	2
Тема 3	Практическое занятие 4- Определение концентрации и устойчивости внимания. Применение аппаратно-программных комплексов	2
Тема 3	Практическое занятие 5 - Изучение кратковременной памяти, тестирование оперативной памяти. Выявление преобладающего типа памяти.	2
Тема 3	Практическое занятие 6- Текущий контроль 2 Условия образования и разновидности условных рефлексов. Внутреннее и внешнее торможение условных рефлексов. Динамический стереотип, его роль в обучении. Типы ВНД. Первая и вторая сигнальная системы	2
Тема 4	Практическое занятие 7 - Мембранные потенциалы покоя. Потенциалы действия. Электромиограмма. Проведение возбуждения по нервам и мышцам через нервно-мышечные синапсы.	2
Тема 4	Практическое занятие 8 - Функциональная организация скелетных мышц. Механизмы сокращения и расслабления мышечного волокна. Одиночное и тетаническое сокращение. Сокращение целой мышцы.	2
Тема 4	Практическое занятие 9- Морфофункциональные проявления мышечной силы. Методики оценки силы. Комплекс MuscleLab для оценки динамической силы и для оценки скоростно силовых способностей (прыжки, ускорения) Режимы работы мышцы. Энергетика мышечного сокращения. КПД мышечного сокращения.	2
Тема 4	Практическое занятие 10- Текущий контроль 3 Мембранные потенциалы покоя. Потенциалы действия. Электромиограмма.проводные и беспроводные методы ее регистрации Проведение возбуждения по нервам и мышцам через нервно-мышечные синапсы. Функциональная организация скелетных мышц. Механизмы сокращения и расслабления мышечного волокна. Одиночное и тетаническое сокращение. Сокращение целой мышцы. Морфофункциональные проявления мышечной силы. Режимы работы мышцы. Энергетика мышечного сокращения. КПД мышечного сокращения.	2
Тема 5	Практическое занятие 11 - Общие свойства и значение сенсорных систем. Физиологическая организация зрительной сенсорной системы. Преломление света (рефракция и аккомодация). Фоторецепция (функция палочек и колбочек).	2
Тема 5	Практическое занятие 12 - Функции наружного, среднего и внутреннего уха. Барофункция уха. Бинауральный слух Функция вестибулярной сенсорной системы. Стабилометрия, применение биологической обратной связи Функциональная устойчивость вестибулярной сенсорной системы и методики её исследования. Общая функциональная организация двигательной сенсорной системы. Разновидности и функции проприорецепторов. Взаимодействие сенсорных систем. Кинестетическая чувствительность. Значение сенсорных систем в спорте.	2
Тема 5	Практическое занятие 13 - Функциональная организация двигательной сенсорной системы. Взаимодействие сенсорных систем. Кинестетическая чувствительность. Применение роботизированных методов (BioDex) для оценки степени подвижности сустава, силы мышц и связок	2
Тема 5	Практическое занятие 14- Текущий контроль 4 Общие свойства и значение сенсорных систем. Физиологическая организация зрительной сенсорной системы.	2

	Преломление света (рефракция и аккомодация). Фоторецепция (функция палочек и колбочек). Функции наружного, среднего и внутреннего уха. Барофункция уха. Бинауральный слух. Функция вестибулярной сенсорной системы. Функциональная устойчивость вестибулярной сенсорной системы и методики её исследования. Общая функциональная организация двигательной сенсорной системы. Разновидности и функции проприорецепторов. Взаимодействие сенсорных систем. Кинестетическая чувствительность. Значение сенсорных систем в спорте	
Тема 6	Практическое занятие 15 - Объем и функции крови Лейкоциты, их количество, разновидности и функции. Изменения лейкоцитов при мышечной деятельности. Эритроциты, их количество, функции, изменения при мышечной деятельности и в условиях высокогорья.	2
Тема 6	Практическое занятие 16- Текущий контроль 5 Кровь как внутренняя среда организма, её состав (гематокрит). Объем и функции крови. Эритроциты, их количество, функции, изменения при мышечной деятельности в условиях высокогорья. Группы крови. Лейкоциты, их количество, разновидность и функции. Изменение лейкоцитов при мышечной деятельности. Иммунитет организма. Тромбоциты, их количество и роль в свертывании крови. Плазма крови, её состав. Физико-химические свойства плазмы и их изменения при мышечной деятельности. Регуляция системы крови Лимфа и регуляция системы крови	2
Тема 6	Практическое занятие 17– Общие закономерности деятельности организма. (Рубежный контроль)	

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

4 семестр

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
Тема 7	Лекция 1-Свойства сердечной мышцы. Фазы сердечного цикла в покое и при работе. Методы исследования деятельности сердца. Электрокардиограмма, её основные показатели и их изменения при мышечной работе.	2
Тема 7	Лекция-2 -Частота сердечных сокращений в покое и при мышечной работе у лиц различного возраста и пола. Методики измерения ЧСС. Систолический, резервный и остаточный объём крови в желудочках. Зависимость систолического объёма крови от размеров сердца, положения тела и объёма кровотока. Минутный объём крови, изменения систолического объёма и минутного объёма крови при мышечной работе. Общие закономерности гемодинамики, объёмная и линейная скорость кровотока. Функции артериальных и венозных сосудов, особенности кровотока в них. Микроциркуляция. Артериальное давление, факторы, их определяющие. Гипер- и гипотоническое состояние. Особенности кровообращения различных органов	2
Тема 7	Лекция -3-Нервная и гуморальная регуляция деятельности сердца. Нервная и -гуморальная регуляция просвета сосудов. Перераспределение кровотока при мышечной работе. Особенности регуляции кровообращения в скелетных мышцах при статической и динамической работе. Рабочая гипертония. Мышечный насос.	2
Тема 8	Лекция-4 -Внешнее дыхание, его механизмы и основные показатели. Обмен газов в лёгких и тканях. Перенос газов кровью.	2
Тема 8	Лекция -5- Нервная и гуморальная регуляция дыхания. Изменение дыхания при мышечной работе. Потребление кислорода, кислородный запрос, кислородный долг, МПК.	2

Тема 9	Лекция -6- Общая характеристика процессов пищеварения, значение работ И. П. Павлова. Пищеварение в ротовой полости, желудке и кишечнике. Обмен белков, жиров и углеводов. Энергообмен при мышечной работе. Прямая и непрямая калориметрия.	2
Тема 10	Лекция -7- Органы выделения, функции почек. Мочеобразование, его механизм. Фикции потовых желез. Изменение мочеобразования и потовыделения при мышечной работе.	2
Тема 11	Лекция -8- Химическая и физическая терморегуляция. Нервная и гуморальная терморегуляция. Границы терморегуляции у человека. Теплообмен при мышечной деятельности.	2
Тема 12	Лекция-9 - Функции гормонов передней, средней и задней доли гипофиза. Роль гормонов гипофиза в регуляции других желез внутренней секреции. функции гормонов щитовидной железы.	2
Тема 12	Лекция –10 - Функции гормонов надпочечников. Значение гормонов надпочечников в стрессовых реакциях организма. роль желез внутренней секреции в двигательной деятельности	2

Практические занятия

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
Тема 7	Практическое занятие-1 - Свойства сердечной мышцы Фазы сердечного цикла в покое и при работе Электрокардиограмма, её основные показатели и их изменения при мышечной работе.	2
Тема 7	Практическое занятие-2 - Частота сердечных сокращений в покое и при мышечной работе улиц различного возраста и пола. Методики измерения ЧСС. Зависимость систолического объема крови от размеров сердца, положения тела и объема кровотока. Минутный объем крови, изменения систолического объема кровипри мышечной работе.	2
Тема 7	Практическое занятие -3- Общие закономерности гемодинамики, объемная и линейная скорость кровотока. -Функции артериальных и венозных сосудов, особенности кровотока в них. Микроциркуляция. -Артериальное давление, факторы, их определяющие. Гипер- и гипотонические состояния.	2
Тема 7	Практическое занятие-4 -Проба Летунова проба Мартине,проба Руфье,	2
Тема 7.	Практическое занятие -5-Текущий контроль 1 Свойства сердечной мышцы Фазы сердечной работы в покое и при работе. Методы исследования деятельности сердца Электрокардиограмма, её основные показатели и их изменения при мышечной работе Частота сердечных сокращений в покое и при мышечной работе у лиц различного возраста и пола. Методика измерения ЧСС. Систолический, резервный и остаточный объем крови в желудочках. Зависимость систолического объема крови от размеров сердца, положения тела и объема кровотока. Минутный объем крови, изменения систолического объема крови при мышечной работе. Общие закономерности гемодинамики, объемная и линейная скорость кровотока. Функции артериальных и венозных сосудов, особенности кровотока в них. Микроциркуляция. Артериальное давление, факторы, их определяющие. Гипер- и гипотонические состояния. Особенности кровообращения различных органов. Нервная и гуморальная регуляция деятельности сердца Нервная и гуморальная регуляция просвета сосудов. Перераспределение кровотока при мышечной работе. Особенности регуляции кровообращения в скелетных мышцах при статической и динамической работе. Рабочая гиперемия. Мышечный насос	2
Тема 8	Практическое занятие-6 - Внешнее дыхание, его механизмы и основные показатели (ЖЕЛ,МВЛ)	2

Тема 8	Практическое занятие -7 – Минутный объем дыхания в покое и при мышечной работе.	2
Тема 8	Практическое занятие -8- Потребление кислорода, кислородный запрос, кислородный долг,МПК	2
Тема 8	Практическое занятие -9–Определить показатель реакции сердечно-сосудистой системы на гипоксию по данным частоты пульса проба Штанге проба Генча	2
Тема 8	Практическое занятие- 10 – Текущий контроль 2. Внешнее дыхание, его механизмы и основные показатели. Обмен газов в легких и тканях. Перенос газов кровью Нервная и гуморальная регуляция дыхания	2
Тема 9	Практическое занятие-11 -Определение основного обмена с учетом пола,возраста и веса .Расчет энерготрат с учетом вида деятельности. Расчет энерготрат с учетом показателей пульса.	2
Тема 9	Практическое занятие -12– Текущий контроль 3. Общая характеристика процессов пищеварения, значение работ И.П. Павлова. Пищеварение в ротовой полости, желудке и кишечнике. Значение процессов пищеварения в ротовой полос ти. Механизмы и фазы выделения слюны. Ферменты, содержащиеся в слюне. Ферменты их свойства. Механизмы и фазы отделения желудочного сока. Состав желудочного сока. Роль соляной кислоты. Процессы пищеварения в 12-перстной кишке. Механизмы и фазы отделения поджелудочного сока. Процессы пищеварения, осуществляющиеся под влиянием ферментов в тонкой кишке. поджелудочного сока. Значение желчи в пищеварении. Процессы пищеварения, всасывания в тонкой кишке. Значение белков для организма. Формы азотистого баланса при разных состояниях организма. Роль печени в белковом обмене. Значение углеводов для организма. Регуляция уровня сахара в крови. Значение жира для организма. Регуляция жирового обмена в организме. Суточная потребность организма в жирах, белках и углеводах. Значение для организма воды и минеральных солей. Роль витаминов в жизнедеятельности организма. Методы исследования обмена энергии организма. Калорический эквивалент кислорода. Дыхательный коэффициент, его значение как показателя состава окисляемых веществ. Сущность обмена веществ, энергии и значение этих процессов для жизнедеятельности организма. Понятие об основном обмене. Факторы, определяющие уровень основного обмена. Прямая и непрямая калориметрия. Расход энергии при трудовой и спортивной деятельности. Обмен белков, жиров и углеводов. Энергообмен при мышечной работе.	2
Тема 10	Практическое занятие-13 –Текущий контроль 4. Органы выделения, функции почек. Мочеобразование, его механизмы. Функции потовых желез. Изменение мочеобразования и потовыделения при мышечной работе. Отличие экскреции от секреции. Органы, участвующие в процессе выделения (экскреция). Физиологические функции почек. Функциональная единица почек и ее строение. Особенность кровообращения почек. Объем крови, проходящий через почки в 1 минуту. Факторы, создающие высокое артериальное давление в капиллярах клубочков. процессы, происходящие в клубочках и в канальцах нефрона. Отличие состава первичной мочи от состава плазмы крови. Факторы, от которых зависит объем клубочковой фильтрации, и количество первичной мочи, образуемой почками человека в сутки. Понятие о пороге выделения веществ почкой. Пороговые и непороговые вещества, выводимые почкой. Процессы, совершающиеся в петле Генле. Антидиуретический гормон, место его образования и механизм действия на мочеобразования. Физиологическое значение режима и механизма его действия. Отдел спинного мозга, в котором расположен рефлекторный центр мочеиспускания.	2
Тема 11	Практическое занятие-14- Исследование средней кожной температуры Основные процессы терморегуляции теплокровных организмов - теплообразование и теплоотдача Температура различных участков кожи. Химическая и физическая терморегуляция. Границы терморегуляции у человека	2
Тема 11	Практическое занятие-15 – Текущий контроль 5. Значение для организма постоянства температуры тела. Температурная карта тела. Механизмы образования тепла в организме. Химическая и физическая терморегуляция.	2

	Нервная и гуморальная терморегуляция. Механизмы теплоотдачи. Границы терморегуляции у человека. Регуляция процессов теплообразования в организме. Регуляция процессов теплоотдачи в организме. Теплообмен при мышечной работе. Функции потовых желез и количество пота, выделяемого в условиях комфорта и при интенсивной физической нагрузке. Иннервация потовых желез.	
Тема 12	Практическое занятие -16- Текущий контроль 6. Железы внутренней и внешней секреции. Понятие о гормонах и нейрогормонах. Функции гормонов передней, средней и задней долей гипофиза. Роль гормонов гипофиза в регуляции других желез внутренней секреции. Функции гормонов щитовидной железы. Функции гормонов надпочечников. Гормон инсулин, физиологический механизм его действия. Действие на организм гормонов адреналина и норадреналина Мужские и женские половые гормоны, их влияние на рост и развитие организма. Физиологическое значение эпифиза. Значение обратных связей в регуляции взаимодействия гормонов. Значение гормонов надпочечников в стрессовых реакциях организма.	2
Тема 12	Практическое занятие-17 – Общие закономерности деятельности организма. (Рубежный контроль)	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЕ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА
3 семестр

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция № 1 - Предмет физиологии. Основные функции и методы исследования ЦНС Значение процессов торможения в нервной деятельности. Высшая нервная деятельность. Общие свойства и значение сенсорных систем Механизмы мышечного сокращения. Понятие о системе крови	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	Практическое занятие 1 - Определение функционального состояния ЦНС Текущий контроль 1 Высшая нервная деятельность	2
2	Практическое занятие 2 - Общие свойства и значение сенсорных систем. Функция вестибулярной сенсорной системы Текущий контроль 2 - сенсорные системы	2
3	Практическое занятие - 3 Электромиограмма Эргография. Закон средних нагрузок Текущий контроль 3 – Нервно-мышечная физиология	2

ЗАНЯТИЕ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА
4 семестр

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция № 1 - Физиологические закономерности кровообращения. Функциональное состояние системы дыхания. Физиологические основы терморегуляции Железы внутренней секреции	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	Практическое занятие 1 –. Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы **Текущий контроль 1-** физиология кровообращения	2
2	Практическое занятие 2– **Практическое занятие 2** –Функциональное состояние системы дыхания **Текущий контроль – 2-** физиология дыхания	2
3	Практическое занятие 3 - Определение средней кожной температуры. **Текущий контроль-** 3 – физиология желез внутренней секреции	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Брин, В.Б. Физиология человека в схемах и таблицах : учебное пособие / В.Б. Брин. - 5-е изд., стер. - Санкт-Петербург ; Москва ; Краснодар : Лань, 2018. - 605, [2] с. : ил.
2. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт : учебное пособие для вузов / Л. В. Капилевич. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 141 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09793-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/490267
3. Методы физиологических исследований : учебное пособие / Д.С. Мельников, Ю.А. Поварещенкова, В.В. Селиверстова, Н.В. Кудрявцева. - Санкт-Петербург : [б.и.], 2018. – 85 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. - 9-е изд. - Москва : Спорт, 2020. - 618, [1] с. : ил.
5. Физиологические закономерности роста и развития человека : учебное пособие / В.В. Селиверстова, Д.С. Мельников, Ю.А. Щедрина [и др.]; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. – 84 с. : ил., табл. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Айзман, Р.И. Физиология человека : учебное пособие / Р.И. Айзман, Н.П. Абаскалова, Н.С. Шуленина. — 2-е изд., перераб. и испр. — Москва : ИНФРА-М, 2015. — 431, [1] с. : ил.
2. Воробьева, Т. Г. Физиология человека : практикум / Т. Г. Воробьева, А. В. Турманидзе. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2020. – 120 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=614048
3. Зильбернагль, С. Наглядная физиология = Color Atlas of Physiology / С. Зильбернагль, А. Деспопулос ; перевод с английского А. С. Беляковой, А. А. Синюшина. — 3-е изд. — Москва : Лаборатория знаний, 2021. — 424 с. : цв. ил.
4. Ланская, О.В. Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций системы дыхания : учебное пособие / О.В. Ланская, И.Н. Бучацкая; [Великолукская государственная академия физической культуры и спорта]. - Великие Луки : [б. и.], 2015. – 157 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Михайлова, Е.А. Физиология системы крови : учебное пособие / Е.А. Михайлова ; Министерство спорта Российской Федерации ; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта. — Великие Луки, 2019. — 80 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Практикум по физиологии человека : для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 Физическая культура / А.С. Назаренко, Г.С. Петрова, Р.И. Гильмутдинова, А.А. Набатов ; Министерство спорта Российской Федерации ; Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, Казань. — Казань : Поволжская ГАФКСиТ, 2018. — 130 с. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
7. Самко, Ю.Н. Физиология : учебное пособие / Ю.Н. Самко. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 143, [1] с.
8. Фомина, Е. В. Физиология: избранные лекции : учебное пособие / Е. В. Фомина, А. Д. Ноздрачев ; Московский педагогический государственный университет. – Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2017. – 172 с. : ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=472086

9. Чинкин, А. С. Физиология человека : учебное пособие / А. С. Чинкин, А. С. Назаренко. — Казань : Поволжский ГУФКСиТ, 2017. — 271 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/154946 .— Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

N п/п	Вид помещения	Наименование оборудования
1.	Учебная аудитория для проведения занятий **лекционного** типа: лекционный зал	мультимедийный презентационный комплекс с доступом в Интернет.
2.	Учебная аудитория для проведения **практических** занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	корректурные пробы (бланки), таблицы; велоэргометр, мультимедийный комплекс, мультимедийные лекции, фильмы

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра теории и методики адаптивного спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Адаптивный спорт

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»
_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«29» августа 2022 г., протокол № 1
Зав. кафедрой _____ Аксенов А.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Шелехов А.А. Декан факультета образовательных технологий АФК, канд. пед. наук.
Ст. преп. каф. ТиМАС Рябчиков А.Ю.

Санкт-Петербург 2022 г.

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе во 4 семестре по очной форме обучения, на 5 курсе в 9 семестре по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Воспитание	**ОПК-6.** Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться.
Профилактика	**ОПК-11.** Способен проводить работу по предотвращению применения допинга в адаптивном спорте.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-6.	**ОПК-6.1.** Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их	**Знает:** социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их

	проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; -санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус». **ОПК-6.2.** Умеет: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; - определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать	проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; -санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус». **Умеет:** использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; - определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать

	освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. **ОПК-6.3.** Имеет опыт: - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - применения методик оценки физического развития детей и подростков; - использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся; - владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о	освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. **Имеет опыт:** обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - применения методик оценки физического развития детей и подростков; - использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся; - владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о

	пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе, трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами; - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.	пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе, трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами; - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.
ОПК-11.	**ОПК-11.1.** Знает: - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий. **ОПК-11.2.** Умеет: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную	**Знает:** международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий. **Умеет:** определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию

	демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга. **ОПК-11.3.** Имеет опыт: - выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы	антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга. **Имеет опыт:** выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; -

	международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе, размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций; - осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов	изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе, размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций; - осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		36				36				
В том числе:										
Занятия лекционного типа		16				16				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		20				20				
Промежуточная аттестация (экзамен)		18				18				
Самостоятельная работа студента		54				54				
Общая трудоемкость	**часы**	**108**				108				
	зачетные единицы	**3**				3				

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		10									10
В том числе:											
Занятия лекционного типа		4									4
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		6									6
Промежуточная аттестация (экзамен)		9									9
Самостоятельная работа студента		89									89
В том числе:											
Контрольная работа:		20									20
Общая трудоемкость	**часы**	**108**									108
	зачетные единицы	**3**									3

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Введение в дисциплину «Адаптивный спорт» и история Паралимпийского, Сурдлимпийского и Специального олимпийского спорта.	Отличительные черты паралимпийского спорта. Конкретизация цели и задач паралимпийского спорта. Конкретизация функций и принципов паралимпийского спорта. Становление и развитие АС для лиц с нарушением ОДА. Становление и развитие АС для лиц с нарушением зрения. История Паралимпийского движения.	**Знает:** - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; **Умеет:** -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. **Имеет опыт:**

			- обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе, трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами; - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.
2.	Особенности организации тренировочного процесса в адаптивном спорте.	Цели, задачи, принципы спортивной тренировки в паралимпийском движении. Виды подготовки спортсменов-паралимпийцев. Построение спортивной тренировки спортсменов. Система научно-методического обеспечения подготовки паралимпийских команд России по	**Знает:** - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; -санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и

		плаванию и легкой атлетике. Основные закономерности развития физических способностей. Принципы развития физических способностей. Развитие силовых способностей. Развитие скоростных способностей. Развитие выносливости. Развитие гибкости. Развитие координационных способностей. Формирование эталонной ориентировочной основы действия в адаптивном спорте. Определение понятия "тренажер". Классификация тренажеров. Физическая помощь и страховка.	спортом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус». **Умеет:** -определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию

			мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. **Имеет опыт:** - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - применения методик оценки физического развития детей и подростков; - использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся; - владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе, трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами; - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.
3.	Модели соревновательной деятельности в	Основные направления адаптивного спорта. Традиционная модель	**Знает:** - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; -международные антидопинговые правила и стандарты; -

	адаптивном спорте.	соревновательной деятельности. Виды адаптивного спорта с традиционной моделью соревновательной деятельности. Виды адаптивного спорта с нетрадиционной моделью соревновательной деятельности. Принципы классификации в адаптивном спорте. Виды классификаций. Классификация спортсменов в паралимпийском спорте. Предложения по созданию в России службы медицинских классификаторов. Система организации и проведения классификаций спортсменов-паралимпийцев. Основные группы лиц, занимающиеся адаптивным спортом (классификация спортсменов). Факторы, определяющие ведущие положения паралимпийского движения в мире. Основные тенденции развития паралимпийского спорта. Проблемы Развития паралимпийского плавания в России.	антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий. **Умеет:** - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга. **Имеет опыт:**

			- выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе, размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций; - осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция №1.** Отличительные черты адаптивного спорта. **Вопросы для обсуждения:** Адаптивная физическая культура как интегративная наука. Роль и место дисциплины в системе физкультурного образования и адаптивного физического воспитания. Компоненты физической культуры и адаптивной физической культуры. Основные понятия. Понятия адаптивное	2

	физическое воспитание (АФВ), адаптивный спорт (АС), адаптивная двигательную рекреацию (АДР), физическая реабилитация (ФР). Отличительные черты адаптивного спорта. Взаимосвязь АС с другими компонентами АФК и ФК. Взаимосвязь и различия спорта здоровых и адаптивного спорта. Роль АС для социализации лиц с ограниченными возможностями.	
2.	**Лекция №2.** История Адаптивного спорта. **Вопросы для обсуждения**: Роль Людвига Гутмана в становлении и развитии Паралимпийского движения. Первые паралимпийские игры 1960 года в г. Риме. Российские спортсмены-инвалиды в Паралимпийском движении. Основные виды спорта, входящие в программу летних и зимних паралимпийских игр. Паралимпийское движение как модель спорта здоровых спортсменов. История специального олимпийского движения. История сурдлимпийского движения.	2
3.	**Лекция №3.** Модели соревновательной деятельности в адаптивном спорте. **Вопросы для обсуждения:** Основные направления адаптивного спорта. Традиционная модель соревновательной деятельности. Виды адаптивного спорта с традиционной моделью соревновательной деятельности. Виды адаптивного спорта с нетрадиционной моделью соревновательной деятельности. Принципы классификации в адаптивном спорте. Виды классификаций. Классификация спортсменов в паралимпийском спорте. Предложения по созданию в России службы медицинских классификаторов. Система организации и проведения классификаций спортсменов-паралимпийцев. Основные группы лиц, занимающиеся адаптивным спортом (классификация спортсменов). Факторы, определяющие ведущие положения паралимпийского движения в мире. Основные тенденции развития паралимпийского спорта. Проблемы Развития паралимпийского плавания в России.	2
2.	**Лекция №4.** Основные закономерности развития физических способностей у лиц с ограниченными возможностями здоровья. **Вопросы для обсуждения:** Основные закономерности развития физических качеств в адаптивном спорте. Ведущие факторы развития физических способностей. Особенности единства и взаимосвязи между двигательными умениями и физическими способностями. Двигательные режимы. Неравномерность и гетерохронность развития физических качеств, занимающихся в адаптивном спорте, как важная закономерность педагогического процесса.	2
3.	**Лекция №5**. Формирование эталонной ориентировочной основы действия в адаптивном спорте. **Вопросы для обсуждения**: Основные трудности определения эталонной ориентировочной основы действия и представления ее в виде инструкции для занимающихся. Правила определения количества ООТ и интервалов между ними. Рекомендации по информационному «наполнению» содержания словесных формул ООТ. Пути формирования эндогенных ощущений, восприятий, представлений и их описании в инструкции по освоению ЭООД.	2

	Проговаривание словесных формул содержания ООТ. Правила выделения и описания управляющих движений человека, с помощью которых он выполняет двигательные действия. Роль предметных действий в обучении детей и лиц с отклонениями в развитии интеллекта. Видовые отличия тренажера от других средств материально-технического обеспечения учебного процесса. Правильное и неправильное использование понятия «тренажер». Классификационные признаки, по которым осуществлено разделение тренажеров на группы. Способы, обеспечивающие преимущественно энергосиловые воздействия тренажеров на спортсмена и реализующие поток информации, поступающей к спортсмену по каналу прямой связи. Способы, реализующие обратную связь и автоматизацию процессов управления искусственными условиями.	
5.	**Лекция №6**. Принципы и виды классификации в адаптивном спорте. **Вопросы для обсуждения**: Максимально возможное уравнивание шансов спортсменов на победу в рамках одного класса, то есть осуществление подбора лиц в один класс с примерно одинаковыми функциональными ограничениями или, по-другому, с равными функциональными возможностями (принцип справедливости); Максимальный охват лиц обоего пола с различными видами патологии и степенью ее тяжести (принцип максимального вовлечения); Периодическое переосвидетельствование спортсменов, дефекты которых не носят необратимого характера (принцип постоянного уточнения). Характеристика спортивно-функциональной классификации. Основные группы лиц, занимающихся адаптивным спортом, выделяющиеся классификациями. Виды паралимпийского адаптивного спорта спортивно-функциональная классификация не использует медицинскую классификацию. Термин «минимальный уровень поражения» в адаптивном спорте. Переосвидетельствование спортсмена в адаптивном спорте. Особенности спортивно-функциональных классификаций. МКБ-10 и МКФ. Их сходство и различия с медицинской и спортивно-функциональной классификациями, применяющимися в адаптивном спорте.	2
	Лекция № 7 Цели, задачи, принципы спортивной тренировки в адаптивном спорте. **Вопросы для обсуждения**: Принцип единства углубленной специализации и направленности к высшим достижениям; Принцип единства общей и специальной подготовки спортсмена; Принцип непрерывности тренировочного процесса; Принцип единства постепенности увеличения нагрузки и тенденции к максимальным нагрузкам; Принцип волнообразности и вариативности динамики нагрузок; Принцип цикличности тренировочного процесса. Особенности	2

	применения принципов спортивной тренировки для лиц с ограниченными возможностями здоровья.	
	Лекция № 8 Система научно-методического обеспечения подготовки паралимпийских команд России. **Вопросы для обсуждения**: Научно-методическое сопровождение на различных этапах процесса подготовки и с использованием современных программно-аппаратных стендов. Этапное комплексное исследование. Оценка моторного, личностного и психологического потенциала. Оценка функции статического равновесия, проприорецепции.	2

ЗАНЯТИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Семинар № 1. История паралимпийского, сурдлимпийского и специального олимпийского движения.** **Вопросы для обсуждения:** История развития становления и развития Паралимпийского движения. Первые паралимпийские игры 1960 года в г. Риме. Российские спортсмены-инвалиды в Паралимпийском движении. Основные виды спорта, входящие в программу летних и зимних паралимпийских игр. Паралимпийское движение как модель спорта здоровых спортсменов. Международный спортивный комитет глухих. Основные виды спорта для глухих спортсменов. Сурдлимпийское движение в мировой практике. История развития спорта глухих в нашей стране. Становление и развитие Специального олимпийского движения. Первые международные игры Спешиал Олимпикс. Признание Спешиал Олимпикс Международным олимпийским комитетом (МОК). Участие отечественных спортсменов в Специальных олимпийских играх. Основные виды спорта, входящие в программу Спешиал Олимпикс.	2
2.	**Семинар № 2. Адаптивный спорт в международной олимпийской системе.** **Вопросы для обсуждения:** Формирование и деятельность организационных структур адаптивного спорта. Международный паралимпийский комитет, его задачи и структура.	2
3.	**Семинар 3. Федеральные стандарты спортивной подготовки по спорту инвалидов.** **Вопросы для обсуждения:** федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, интеллекта, зрительной и слуховой сенсорной систем.	2
4.	**Семинар № 4. Модели соревновательной деятельности в адаптивном спорте.** **Вопросы для обсуждения:** Основные направления (виды) адаптивного спорта. Виды адаптивного спорта помимо паралимпийского, сурдлимпийского и специального олимпийского. Международные спортивные организации курируют виды паралимпийского спорта. Отличие	2

	Международных спортивных организаций SOI и INAS-FID. Разделение направлений (видов) адаптивного спорта на группы (классы) в 1986 году. Отличительные черты традиционной модели соревновательной деятельности. Особенности организации соревнований по традиционной модели. Основные направления адаптивного спорта, работающие по традиционной модели. Структура модели. Главная функция соревнований в традиционной модели их организации и проведения. Характеристика социальной оценки соревновательной деятельности в традиционной модели. Отличительные особенности нетрадиционной модели соревнований Специальной олимпиады. Правило дивизионирования. Правило 10% в соревнованиях Специальной олимпиады. Проблема материального стимулирования спортсменов в нетрадиционной модели соревновательной деятельности. Процедура награждения спортсменов в соревнованиях по программе Специальной олимпиады. Перспективы использования нетрадиционной модели соревнований в других направлениях (видах) адаптивного спорта. Характеристика каждого вида спорта, входящего в программу Паралимпийских игр. Зимние виды спорта и летние виды спорта. Особенности организации соревнований по видам спорта с нетрадиционной моделью соревнований.	
5.	**Семинар № 5. Развитие физических способностей в адаптивном спорте.** **Вопросы для обсуждения:** Определение силовых способностей. Факторы, влияющие на уровень проявления силовых способностей. Средства силовой подготовки в адаптивном спорте. Методы развития силовых способностей. Силовая гимнастика В.Г. Фохтина. Принцип сопряженного развития координационных и кондиционных физических способностей. Принцип возрастной адекватности педагогических воздействий. Принцип оптимальности педагогических воздействий в адаптивном спорте. Значение принципа диагностики уровня развития физических способностей в адаптивном спорте. Принцип вариативности педагогических воздействий. Определение скоростных способностей. Факторы, определяющие уровень развития скоростных способностей. Структура скоростных способностей. Методики развития основных компонентов скоростных способностей в адаптивном спорте (быстрота двигательной реакции, быстрота одиночного движения и др.).	2
6.	**Семинар № 6. Формирование эталонной ориентировочной основы действия в адаптивном спорте.** **Вопросы для обсуждения**: Основные трудности определения эталонной ориентировочной основы действия и представления ее в виде инструкции для занимающихся. Правила определения количества ООТ и интервалов между ними. Рекомендации по информационному «наполнению» содержания словесных формул ООТ.	2

	Пути формирования эндогенных ощущений, восприятий, представлений и их описании в инструкции по освоению ЭООД. Проговаривание словесных формул содержания ООТ. Правила выделения и описания управляющих движений человека, с помощью которых он выполняет двигательные действия. Роль предметных действий в обучении детей и лиц с отклонениями в развитии интеллекта. Видовые отличия тренажера от других средств материально-технического обеспечения учебного процесса. Правильное и неправильное использование понятия «тренажер». Классификационные признаки, по которым осуществлено разделение тренажеров на группы. Способы, обеспечивающие преимущественно энергосиловые воздействия тренажеров на спортсмена и реализующие поток информации, поступающей к спортсмену по каналу прямой связи. Способы, реализующие обратную связь и автоматизацию процессов управления искусственными условиями.	
7.	**Семинар № 7. Классификация спортсменов в паралимпийском спорте.** **Вопросы для обсуждения:** Принципы классификации в паралимпийском спорте. 1. Максимально возможное уравнивание шансов спортсменов на победу в рамках одного класса, то есть осуществление подбора лиц в один класс с примерно одинаковыми функциональными ограничениями или, по-другому, с равными функциональными возможностями (принцип справедливости); 2. Максимальный охват лиц обоего пола с различными видами патологии и степенью ее тяжести (принцип максимального вовлечения); Периодическое переосвидетельствование спортсменов, дефекты которых не носят необратимого характера (принцип постоянного уточнения). Классификация спортсменов с повреждениями опорно-двигательного аппарата. Мануально-мышечное тестирование. Классификация спортсменов с последствиями травм и заболеваний спинного мозга и последствиями полиомиелита. Классификация спортсменов с церебральным параличом. Функциональные профили спортсменов по классам.	2
8.	**Семинар № 8. Цели, задачи, принципы спортивной тренировки в адаптивном спорте.** **Вопросы для обсуждения:** Принцип единства углубленной специализации и направленности к высшим достижениям; Принцип единства общей и специальной подготовки спортсмена; Принцип непрерывности тренировочного процесса; Принцип единства постепенности увеличения нагрузки и тенденции к максимальным нагрузкам; Принцип волнообразности и вариативности динамики нагрузок; Принцип цикличности тренировочного процесса. Особенности применения принципов спортивной тренировки для лиц с ограниченными возможностями здоровья.	2

9.	**Семинар № 9. Построение и виды спортивной тренировки спортсменов.** **Вопросы для обсуждения:** Три уровня структуры тренировки: микро-, мезо- и макроструктуру. Структура многолетней тренировки. Классификация микроциклов (по Ю.Ф. Курамишину, 2003). Специфика средств спортивной тренировки в адаптивном спорте. Виды спортивной подготовки: техническая подготовка, физическая подготовка, тактическая подготовка. Периоды спортивной тренировки, конкретные цели и задачи. Технико-конструкторская подготовка спортсменов-паралимпийцев.	2
10	**Семинар № 10. Система научно-методического обеспечения подготовки паралимпийских команд России.** **Вопросы для обсуждения:** Научно-методическое сопровождение на различных этапах процесса подготовки и с использованием современных программно-аппаратных стендов. Этапное комплексное исследование. Оценка моторного, личностного и психологического потенциала. Оценка функции статического равновесия, проприорецепции.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция №1.** Отличительные черты адаптивного спорта.	2
2.	**Лекция №2.** Модели соревновательной деятельности в адаптивном спорте.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Семинар № 1.** Адаптивный спорт в международной олимпийской системе. **1 - текущий контроль:** опрос на тему «История Паралимпийского движения».	2
2.	**Семинар № 2.** Развитие физических способностей в адаптивном спорте. **2 - текущий контроль:** Опрос по теме «Принципы развития физических способностей».	2
3.	**Семинар № 3.** Построение и виды спортивной тренировки спортсменов. **3 - текущий контроль:** письменное задание по теме: «Построение спортивной тренировки».	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Арнст, Н. В. Физическая культура. Теоретические основы адаптивного спорта : учебное пособие / Н. В. Арнст. — Красноярск : СибГУ им. академика М. Ф. Решетнёва, 2020. — 94 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/195084 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07190-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/515062
3. Иванов, И. Н. Развитие адаптивного спорта в России и в Волгоградской области : учебное пособие / И. Н. Иванов, Т. В. Бахнова. — Волгоград : ВГАФК, 2021. — 151 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/251576 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Кыласов, А.В. Мировая система спорта : учебное пособие / А.В. Кыласов; Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова, Москва. - Москва : Кнорус, 2022. - 131 с.
5. Рубцов, А.В. Адаптивный спорт : учебное пособие / А.В. Рубцов. - Москва : Колос-с, 2018. - 176, [2] с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]; под общ. ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2014. - 297 с. : ил.
2. Адаптивный спорт. Настольная книга тренера : учебник / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, А.Г. Абалян [и др.]. — Москва : ПРИНТЛЕТО, 2021. — 599 с. : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
3. Брискин, Ю.А. Адаптивный спорт / Ю.А. Брискин, С.П. Евсеев, А.В. Передерий. - М. : Советский спорт, 2010. - 315 с. : ил.
4. Вишнякова, Ю.Ю. Радиальный баскетбол : учебное пособие / Ю.Ю. Вишнякова, А.А. Шелехов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 85 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Вишнякова, Ю.Ю. Хоккей на полу : учебное пособие / Ю.Ю. Вишнякова, И.Г. Ненахов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 108 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С.П. Евсеев. — Москва : Спорт, 2016. — 614, [1] с. : ил.
7. Инновационные технологии адаптивной физической культуры, физической культуры и спорта в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; под общ. ред. С. П. Евсеева. - [3-е изд., испр. и доп.]. - Санкт-Петербург : [Галлея принт], 2013. - 274, [1] с. : ил.

8. Методика и практика организации адаптивного спорта в педагогическом вузе : учебное пособие / Р. Р. Магомедов, М. Р. Попова, Н. О. Щупленков [и др.] ; под редакцией Р. Р. Магомедова. — Ставрополь : СГПИ, 2018. — 376 с. — ISBN 978-5-903998-23-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/117684 .— Режим доступа: для авториз. пользователей.
9. Основы подготовки спортсменов-пловцов с отклонениями в состоянии здоровья : учебноге пособие / В.Ю. Дубинин, И.В. Клешнев, М.Д. Мосунова [и др.]. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 152 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
10. Павленко, А.В. Основы системы подготовки детей-инвалидов в паратхэквондо : учебное пособие / А.В. Павленко. - Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2015. – 97 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
11. Технико-тактическая подготовка пловца в паралимпийском спорте : монография [для бакалавров, обучающихся по направлению подготовки 49.03.02 - "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)", для магистров, обучающихся по направлению подготовки 49.04.02 - "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)"]; [под науч. ред. Д.Ф.Мосунова]. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. – 241 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
12. Физическая культура : учебное пособие : в 2 частях / сост. Ю. В. Гребенникова, Н. А. Ковыляева, Е. В. Сантьева, Н. С. Рыжова [и др.]. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2019. – Часть 2. – 91 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572859

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/
-

7.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Современные проблемы адаптивной физической культуры» не требует специального материально-технического обеспечения, однако при этом желательно наличие компьютерной техники и современных средств публичной демонстрации визуального материала (мультимедиа) в учебной аудитории.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Допускается замена оборудования его виртуальными аналогами.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра спортивной медицины и технологий здоровья

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Спортивная медицина

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»
_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«29» 08 2022г., протокол № 1
Зав. кафедрой _____ **Миллер Л.Л.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:
Зав. кафедрой, к.м.н. Миллер Л.Л.

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной форме обучения, на 4 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(экзамен).***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) Компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Общепрофессиональные компетенции	ОПК-4. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся
Общепрофессиональные компетенции	ОПК-8. Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-4. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся	ОПК – 4.1 Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции	ОПК – 4.1 Знания: - методов измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методов проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механических характеристик тела человека и его движений; - систематизации закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияния различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерностей протекания биохимических процессов в организме человека; - методов оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмов, обеспечивающих компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между

	организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС ОПК-4.2. Умеет: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их	различными проявлениями жизнедеятельности; - принципов, условий и задач психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роли педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основных слагаемых педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методики проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативных требований и показателей физической подготовленности, представленных в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - системы оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенностей оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС. ОПК-4.2. Умения: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений

	контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное	человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии,

	тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика ШмишекаЛеонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС. ОПК-4.3 Имеет опыт: - проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного	гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика ШмишекаЛеонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС. ОПК-4.3 Навыки: - проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и

	процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС.	методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС.
ОПК-8. Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья	ОПК-8.1. Знает: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. ОПК-8.2. Умеет: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей;	ОПК-8.1. Знания: - основных понятий, используемых в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающихся видов заболеваний и повреждений; - особенностей реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенностей реабилитации при различных видах инвалидности; - основ биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности и материально- технического обеспечения в физической реабилитации; - психологических особенностей, занимающихся физическими упражнениями. ОПК-8.2. Умения: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики

	- использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием ОПК-8.3. Имеет опыт: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.	физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием ОПК-8.3. Навыки: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		54				54				
В том числе:										
Занятия лекционного типа		16				16				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		20				20				
Промежуточная аттестация (экзамен)		18				18				
Самостоятельная работа студента		54				54				
Общая трудоемкость	**часы**	**108**				108				
	зачетные единицы	**3**				3				

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		19							19		
В том числе:											
Занятия лекционного типа		4							4		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		6							6		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		9							9		
Самостоятельная работа студента		89							89		
Выполнение контрольной работы		10							10		
Общая трудоемкость	**часы**	**108**							108		
	зачетные единицы	**3**							3		

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Общая патология	Понятие о здоровье. Понятие о предболезни. Понятие о болезни. Периоды болезни. Понятие об этиологии. Понятие о патогенезе. Понятие об иммунитете. Нарушения иммунной системы. Понятие об аллергии. Иммунная система при занятиях спортом. Понятие о конституции, типы конституции. Понятие о наследственности. Типовые патологические процессы. Понятие о воспалении, лихорадке, лейкоцитозе, лейкопении. Типовые нарушения системы кровообращения.	ОПК – 4.1 Знания: - методов измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методов проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механических характеристик тела человека и его движений; - систематизации закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияния различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерностей протекания биохимических процессов в организме человека; - методов оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмов, обеспечивающих компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципов, условий и задач психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роли педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основных слагаемых педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методики проведения педагогического контроля, анализа и

			интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативных требований и показателей физической подготовленности, представленных в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - системы оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенностей оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС. ОПК-4.2. Умения: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом;

			- проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика ШмишекаЛеонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и

			технической подготовленности занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС. ОПК-4.3 Навыки: - проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС. ОПК-8.1. Знания: - основных понятий, используемых в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающихся видов заболеваний и повреждений; - особенностей реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенностей реабилитации при различных видах инвалидности; - основ биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности и материально- технического обеспечения в физической

			реабилитации; - психологических особенностей, занимающихся физическими упражнениями. ОПК-8.2. Умения: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием ОПК-8.3. Навыки: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.

2.	Морфофункциональные особенности систем организма спортсмена.	Оценка состояния здоровья спортсменов. Методы обследования спортсменов. Сердечно-сосудистая система при занятиях спортом. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы спортсменов, методы оценки. Спортивное сердце. Система внешнего дыхания при занятиях спортом, методы оценки. Функциональные пробы системы внешнего дыхания, методы оценки. Нервная система при занятиях спортом, методы оценки.	ОПК – 4.1 Знания: - методов измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методов проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механических характеристик тела человека и его движений; - систематизации закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияния различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерностей протекания биохимических процессов в организме человека; - методов оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмов, обеспечивающих компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципов, условий и задач психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роли педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основных слагаемых педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методики проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативных требований и показателей физической подготовленности, представленных в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической

			культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - системы оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенностей оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС. ОПК-4.2. Умения: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности

			занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика ШмишекаЛеонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС. ОПК-4.3 Навыки: - проведения антропометрических

			измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС. ОПК-8.1. Знания: - основных понятий, используемых в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающихся видов заболеваний и повреждений; - особенностей реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенностей реабилитации при различных видах инвалидности; - основ биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности и материально- технического обеспечения в физической реабилитации; - психологических особенностей, занимающихся физическими упражнениями. ОПК-8.2. Умения: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в

			зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием ОПК-8.3. Навыки: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.
3.	Врачебно-педагогические наблюдения.	Врачебно-педагогические наблюдения, определение, задачи. Формы, методы врачебно-педагогических наблюдений.. Самоконтроль спортсмена. Врачебный контроль за детьми и подростками. Врачебный контроль за женщинами. Медицинское обеспечение массовой физической культуры.	ОПК – 4.1 Знания: - методов измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методов проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механических характеристик тела человека и его движений; - систематизации закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияния различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерностей протекания биохимических процессов в организме человека; - методов оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмов, обеспечивающих компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в

			возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципов, условий и задач психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роли педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основных слагаемых педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методики проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативных требований и показателей физической подготовленности, представленных в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - системы оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенностей оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС. ОПК-4.2. Умения: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность

			статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии,

			гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика ШмишекаЛеонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС. ОПК-4.3 Навыки: - проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у

			занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС. ОПК-8.1. Знания: - основных понятий, используемых в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающихся видов заболеваний и повреждений; - особенностей реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенностей реабилитации при различных видах инвалидности; - основ биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности и материально- технического обеспечения в физической реабилитации; - психологических особенностей занимающихся физическими упражнениями. ОПК-8.2. Умения: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием ОПК-8.3. Навыки: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей;

			- обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.
4.	Спортивный травматизм и неотложные состояния в спорте. Внезапная смерть в спорте.	Спортивные травмы. Первая помощь при спортивных травмах, метод ПЛДП (покой, лед, давление, подъем). Открытые и закрытые повреждения. Понятие об ушибах. Переломы, виды переломов, первая помощь при закрытых и открытых переломах. Травматические вывихи. Кровотечения, способы временной остановки кровотечений. Черепно-мозговые травмы. Обморочные (синкопальные) состояния в спорте, виды, первая помощь. Понятие о гипогликемии. Внезапная смерть в спорте. Понятие о тепловом и солнечном ударе. Понятие о переохлаждении и отморожении, первая помощь. Понятие об ожогах, первая помощь.	ОПК – 4.1 Знания: - методов измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методов проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механических характеристик тела человека и его движений; - систематизации закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияния различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерностей протекания биохимических процессов в организме человека; - методов оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмов, обеспечивающих компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципов, условий и задач психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роли педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основных слагаемых педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методики проведения

			педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативных требований и показателей физической подготовленности, представленных в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - системы оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенностей оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС. ОПК-4.2. Умения: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической

			культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика ШмишекаЛеонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и

			методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС. ОПК-4.3 Навыки: - проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС. ОПК-8.1. Знания: - основных понятий, используемых в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающихся видов заболеваний и повреждений; - особенностей реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенностей реабилитации при различных видах инвалидности; - основ биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности и материально- технического обеспечения в физической

			реабилитации; - психологических особенностей, занимающихся физическими упражнениями. ОПК-8.2. Умения: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием ОПК-8.3. Навыки: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.
5.	Частная патология. Хроническое перенапряжение спортсменов. Восстановительные средства в спорте.	Заболевания сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной, пищеварительной, мочевыделительной систем спортсменов. Перетренированность. Хроническое перенапряжение сердечно-сосудистой системы спортсменов. Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата спортсменов. Понятие о допингах. Восстановительные средства в спорте.	ОПК – 4.1 Знания: - методов измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методов проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механических характеристик тела человека и его движений; - систематизации закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияния различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерностей протекания

			биохимических процессов в организме человека; - методов оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмов, обеспечивающих компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципов, условий и задач психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роли педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основных слагаемых педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методики проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативных требований и показателей физической подготовленности, представленных в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - системы оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенностей оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС. ОПК-4.2. Умения: - интерпретировать результаты

			антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и

			подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика ШмишекаЛеонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС. ОПК-4.3 Навыки: - проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных

			состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС. ОПК-8.1. Знания: - основных понятий, используемых в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающихся видов заболеваний и повреждений; - особенностей реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенностей реабилитации при различных видах инвалидности; - основ биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности и материально- технического обеспечения в физической реабилитации; - психологических особенностей занимающихся физическими упражнениями. ОПК-8.2. Умения: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации;

			- пользоваться физиотерапевтическим оборудованием ОПК-8.3. Навыки: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Понятие о здоровье. Понятие о предболезни. Понятие о болезни. Классификация болезней. Периоды болезни. Понятие об этиологии. Внешние (экзогенные) причины возникновения болезни.	2
1.	Лекция № 2. Понятие об этиологии. Внутренние (эндогенные) причины возникновения болезни. Понятие об иммунитете. Нарушения иммунной системы. Понятие об аллергии. Иммунная система при занятиях спортом. Понятие о конституции, типы конституции.	2
2.	Лекция № 3. Сердечно-сосудистая система при занятиях спортом. Понятие о спортивном сердце. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы спортсменов, методы оценки.	2
3.	Лекция № 4. Врачебно-педагогические наблюдения, определение, задачи. Формы и методы врачебно-педагогических наблюдений. Самоконтроль спортсмена.	2
4.	Лекция № 5. Спортивный травматизм. Спортивные травмы, классификация. Первая помощь при спортивных травмах, метод ПЛДП (покой, лед, давление, подъем). Открытые и закрытые повреждения. Понятие об ушибах. Переломы, определение, виды переломов, первая помощь при закрытых и открытых переломах. Травматические вывихи. Кровотечения, способы временной остановки кровотечений. Черепно-мозговые травмы.	2
4.	Лекция № 6. Неотложные состояния в спорте. Обморочные (синкопальные) состояния в спорте, виды, первая помощь. Понятие о гипогликемии. Внезапная смерть в спорте. Понятие о тепловом и солнечном ударе. Понятие о переохлаждении и отморожении, первая помощь. Понятие об ожогах, первая помощь.	2
5.	Лекция № 7. Хроническое физическое перенапряжение опорно-двигательной системы спортсменов.	2
5.	Лекция № 8. Восстановительные средства в спорте. Педагогические, психологические, медицинские средства восстановления спортсменов. Современные технологии восстановления в спорте.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Практическое занятие №1. Понятие о патогенезе. Типовые патологические процессы. Понятие о воспалении, лихорадке, лейкоцитозе, лейкопении. Типовые нарушения системы кровообращения.	2
1.	Практическое занятие №2. Текущий контроль №1. «Общая патология».	2
2.	Практическое занятие №3. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы. Оценка частоты пульса и артериального давления в состоянии покоя. Методика проведения и оценки функциональных проб сердечно-сосудистой системы.	2
2.	Практическое занятие №4. Текущий контроль №2. «Сердечно-сосудистая система при занятиях спортом».	2
2.	Практическое занятие №5. Оценка системы внешнего дыхания и нервной системы спортсменов.	2
2.	Практическое занятие №6. Текущий контроль №3. «Система внешнего дыхания и нервная система при занятиях спортом».	2
3.	Практическое занятие №7. Текущий контроль №4. «Врачебно-педагогические наблюдения».	2
4.	Практическое занятие №8. Текущий контроль №5. «Спортивный травматизм и неотложные состояния в спорте».	2
4.	Практическое занятие №9. Рубежный контроль №1.	2
5.	Практическое занятие №10. Рубежный контроль №2.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
3.	Лекция № 1. Врачебно-педагогические наблюдения, определение, задачи. Формы и методы врачебно-педагогических наблюдений. Самоконтроль спортсмена.	2
5.	Лекция № 2. Хроническое физическое перенапряжение опорно-двигательной системы спортсменов. Современные технологии восстановления в спорте.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Практическое занятие №1. Текущий контроль №1. «Общая патология».	2
2.	Практическое занятие №2. Методика проведения и оценки функциональных проб сердечно-сосудистой системы.	2

	Текущий контроль №2. «Сердечно-сосудистая система при занятиях спортом».	
4.	Практическое занятие №3. Спортивный травматизм и неотложные состояния в спорте. Рубежный контроль №1.	2

Неотъемлемой частью рабочей программы являются приложения. К рабочей программе прилагаются:

Приложение 1. Фонд оценочных средств по дисциплине.

Приложение 2. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 325 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12603-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/518928
2. Белова, Л.В. Спортивная медицина : учебное пособие / Л.В. Белова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». – Ставрополь : СКФУ, 2016. – 149 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458915
3. Граевская, Н.Д. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия : [учебное пособие] / Н.Д. Граевская, Т.И. Долматова. - Москва : Спорт : Человек, 2018. - 707, [1] с. : ил.
4. Левенков, А.Е. Физические методы в комплексной реабилитации заболеваний и спортивных травм : учебное пособие. - Санкт-Петербург :НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. – 118 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
5. Лутков, В.Ф. Методы и методики функциональных лейкопластырных повязок в спортивной медицине : учебное пособие / В.Ф. Лутков; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. – 164 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки. - Загл. с титула экрана.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Ериков, В.М. Спортивная медицина : учебно-методическое пособие. - Москва : РУСАЙНС, 2021. - 123 с.
2. Заболевания спортсменов : учебник / А.В. Смоленский, О.И. Беличенко, А.В. Тарасов, С.Ю. Золичева; под редакцией А. В. Смоленского, А. В. Тарасова. - Москва : Спорт, 2020. - 215 с. : ил.
3. Лутков, В.Ф. Современные методики тейпирования для профилактики перенапряжения опорно-двигательного аппарата спортсменов : учебное пособие. - СПб. : [б. и.], 2018. – 155 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Макарова, Г.А. Спортивная медицина : учебник для студентов вузов / Г.А. Макарова. - Москва : Советский спорт, 2006. - 478 с. : ил.
5. Миллер, Л.Л. Общая патология в спортивной медицине : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. – 82 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Миллер, Л.Л. Спортивная медицина : учебное пособие / Л.Л. Миллер. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2010. – 170 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Миллер, Л. Спортивная медицина : учебное пособие / Л. Миллер; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Москва : Человек, 2015. - 183 с.
8. Прогнозирование и комплексная профилактика профессиональных заболеваний в спорте : учебное пособие / О.Б. Крысюк, И.А. Афанасьева, Д.Д. Дальский, Э.В. Науменко. - Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2015. - 128 с. : ил.
9. Ромашин, О. В. Некоторые неотложные состояния в практике спортивной медицины : учебное пособие для вузов / О. В. Ромашин, А. В. Смоленский, В. Ю. Преображенский. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 132 с. — ISBN 978-5-8114-9693-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная

система. — URL: https://e.lanbook.com/book/197713. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
10. Руководство к практическим занятиям по курсу спортивной медицины : учебное пособие / С.Г. Куртев, И.А. Кузнецова, С.И. Еремеев, Л.А. Лазарева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии, физиологии, спортивной медицины и гигиены. – 4-е изд., стер. – Омск : Издательство СибГУФК, 2016. – 152 с. : таб. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483298
11. Спортивная медицина : учебник / под ред. А. В. Смоленского. - Москва : Академия, 2015. - 318, [1] с. : ил.
12. Спортивная медицина: курс лекций и практических занятий : учебное пособие / В. С. Бакулин, А. Н. Богачев, И. Б. Грецкая, М. М. Богомолова. — Волгоград : ВГАФК, 2019. — 219 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/158217. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
13. Спортивная медицина : учебник / составитель В. П. Власова. — Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2019. — 322 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/163498. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
14. Усанова, А.А. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины : учебное пособие. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2017. - 253, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://urait.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://www.diss.rsl.ru/
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link isexternal)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №305 (3 этаж, нежилое помещение №13) – Специализированная мебель: Учебный стол-33шт., скамья-33шт., стол письменный-1шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1шт.

   Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C191010074512140155 1, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

2. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №304 (3 этаж, нежилое помещение №9) – Специализированная мебель: Учебный стол-17шт, скамья-17шт., стол письменный-1шт. стул-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

3. Помещение для проведения практических занятий - Зал ЛФК аудитория №303 (3 этаж, нежилое помещение №12) – Оборудование: Игровой контролер "Стабилотренажер ST-150" ПО-1шт., устройство для диагностики состояния опорно-двигательного аппарата "GREENFOOT"-1шт., гимнастическая стенка-6шт, гимнастические скамейки- 4шт, тумбы-4шт., массажные ковры-11шт, набивные мячи-19шт, гимнастические палки-20шт.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра профилактической медицины и основ здоровья

Рабочая программа по дисциплине (модулю)

Частная патология

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП 49.03.02 – физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Направление подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022 г., протокол № 01

Зав. кафедрой _____ **Задорожная Н.А.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:
профессор, д.м.н. Задорожная Н.А.

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на __2__ курсе по очной форме обучения, на __3__ курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(зачет, дифференцированный зачет, экзамен).***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
	ОПК-8. Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-8. Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья	ОПК-8.1. Знает: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. ОПК-8.2. Умеет: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и	Знает: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. Умеет: - выделять средства, формы

	гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием ОПК-8.3. Имеет опыт: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.	и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием Имеет опыт: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**44**				**44**				
В том числе:										
Занятия лекционного типа		**18**				**18**				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		**26**				**26**				
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		**6**				**6**				
Самостоятельная работа студента		**58**				**58**				
Общая трудоемкость	**часы**	**108**				**108**				
	зачетные единицы	**3**				**3**				

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**8**					**8**				
В том числе:											
Занятия лекционного типа		**4**					**4**				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		**4**					**4**				
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		**4**					**4**				
Самостоятельная работа студента		**92**					**92**				
Выполнение контрольной работы		**10**					**10**				
Общая трудоемкость	**часы**	**108**					**108**				
	зачетные единицы	**3**					**3**				

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Заболевания сердечно-сосудистой системы	Гипертоническая болезнь и симптоматические артериальные гипертензии. Атеросклероз. Ишемическая болезнь сердца. Пороки сердца. Ревматизм. Сердечная недостаточность.	Знает: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями.
2.	Заболевания бронхо-легочной системы	Острый бронхит и острая пневмония. Хронический бронхит и хроническая пневмония. Бронхиальная астма. Хроническая обструктивная болезнь легких. Туберкулез легких, легких, пневмосклероз, эмфизема. Нагноительные заболевания легких: абсцесс, бронхоэктатическая болезнь, плеврит.	Имеет опыт: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.
3	Заболевания желудочно-кишечного тракта и гепато-билиарной	Острый и хронический гастрит. Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки. Острый и хронический холецистит. ЖКБ. Острые и хронические гепатиты.	Умеет: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; -

	системы	Циррозы печени. Острый и хронический панкреатит. Дисфункции кишечника: колиты, энтериты, синдром раздраженного кишечника.	использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием
4	Заболевания мочевыделительной системы	Острый и хронический пиелонефрит. Острый и хронический гломерулонефрит. Почечно-каменная болезнь, нефроптоз, цистит.	Умеет: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием.
5	Заболевания эндокринной системы	Нарушения функции щитовидной железы (гипертиреоз, гипотиреоз), сахарный диабет.	Знает: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; -

			особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями.
6	Заболевания системы крови	постгеморрагические, железодефицитные, гемолитические, апластические и мегалобластные анемии.	Имеет опыт: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.
7	Травмы и заболевания опорно-двигательного аппарата	Деформирующий остеоартроз, остеопороз. Остеохондроз позвоночника. Понятие о травме и травматической болезни, закрытые и открытые повреждения мягких тканей. Переломы костей нижних и верхних конечностей. Переломы позвоночника и костей таза.	Имеет опыт: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.
8	Заболевания и травмы центральной	Нарушения мозгового кровообращения: ишемический и	Знает: - основные понятия, используемые в

	нервной системы	геморрагический инсульт. Черепно-мозговая травма и опухоли головного мозга. Центральный и периферический паралич: спастические и вялые параличи и парезы.	реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ (*заполняются только те таблицы, по которым предусмотрены занятия учебным планом)*

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция № 1.** Заболевания сердечно-сосудистой системы	2
2.	**Лекция № 2.** Заболевания бронхо-легочной системы	2
3.	**Лекция № 3.** Заболевания желудочно-кишечного тракта	2
4.	**Лекция № 4.** Заболевания гепато-билиарной системы	2
5.	**Лекция № 5.** Заболевания мочевыделительной системы	2
6.	**Лекция № 6.** Заболевания эндокринной системы	2
7.	**Лекция № 7.** Заболевания системы крови	2
8.	**Лекция № 8.** Заболевания опорно-двигательного аппарата	2
9.	**Лекция № 9.** Травмы опорно-двигательного аппарата	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Практическое занятие № 1.** Гипертоническая болезнь и симптоматические артериальные гипертензии. Атеросклероз.	2
2.	**Практическое занятие № 2.** Ишемическая болезнь сердца. Пороки сердца. Ревматизм. Сердечная недостаточность.	2
3.	**Практическое занятие № 3.** Острый бронхит и острая пневмония. Хронический бронхит и хроническая пневмония. Бронхиальная астма. Хроническая обструктивная болезнь легких.	2
4.	**Практическое занятие № 4.** Туберкулез легких, легких, пневмосклероз, эмфизема. Нагноительные заболевания легких: абсцесс, бронхоэктатическая болезнь, плеврит.	2

5.	**Практическое занятие № 5.** Острый и хронический гастрит. Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки. Острый и хронический панкреатит. Дисфункции кишечника: колиты, энтериты, синдром раздраженного кишечника.	2
6.	**Практическое занятие № 6.** Острый и хронический холецистит. ЖКБ. Острые и хронические гепатиты. Циррозы печени.	2
7.	**Практическое занятие № 7.** Острый и хронический пиелонефрит. Острый и хронический гломерулонефрит. Почечно-каменная болезнь, нефроптоз, цистит.	2
8.	**Практическое занятие № 8.** Нарушения функции щитовидной железы (гипертиреоз, гипотиреоз), сахарный диабет.	2
9	**Практическое занятие № 9.** Постгеморрагические, железодефицитные, гемолитические, апластические и мегалобластные анемии.	2
10.	**Практическое занятие № 10.** Деформирующий остеоартроз, остеопороз. Остеохондроз позвоночника.	2
11.	**Практическое занятие № 11.** Понятие о травме и травматической болезни, закрытые и открытые повреждения мягких тканей. Переломы костей нижних и верхних конечностей. Переломы позвоночника и костей таза.	2
12.	**Практическое занятие № 12.** Нарушения мозгового кровообращения: ишемический и геморрагический инсульт.	2
13.	**Практическое занятие № 13.** Черепно-мозговая травма и опухоли головного мозга. Центральный и периферический паралич: спастические и вялые параличи и парезы.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция № 1.** Заболевания сердечно-сосудистой системы	2
2.	**Лекция № 2.** Заболевания бронхо-легочной системы	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Практическое занятие № 1.** Острый и хронический гастрит. Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки. Острый и хронический панкреатит. Острый и хронический холецистит. ЖКБ. Острые и хронические гепатиты. Циррозы печени.	2
2.	**Практическое занятие № 2.** Острый и хронический пиелонефрит. Почечно-каменная болезнь.. Нарушения функции щитовидной железы (гипертиреоз, гипотиреоз), сахарный диабет.	2

Приложение 1. Фонд оценочных средств по дисциплине.

Приложение 2. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 325 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12603-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/518928
2. Долгих, В. Т. Патофизиология. Иммунология. Тесты : учебное пособие для вузов / В. Т. Долгих, О. В. Корпачева. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 307 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11257-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/518079
3. Тарасова, О.Л. Частная патология : 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», Кафедра медико-биологических основ физического воспитания и спортивных дисциплин. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 236 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278935
4. Частная патология : учебник / под общ. ред. С. Н. Попова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Академия, 2014. — 264, [1] с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Аствацатрян, А. В. Острая ишемия миокарда и сопутствующие патологии : учебное пособие / А. В. Аствацатрян. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 419 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500385
2. Долгих, В. Т. Патофизиология. В 2 т. Том 1. Общая патофизиология : учебник и практикум для вузов / В. Т. Долгих. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 371 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11893-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/516735
3. Долгих, В. Т. Патофизиология. В 2 т. Том 2. Частная патофизиология : учебник и практикум для вузов / В. Т. Долгих, О. В. Корпачева, А. В. Ершов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 351 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12047-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/518458
4. Желтова, Н. А. Патологическая физиология / Н. А. Желтова ; Научная книга. – 2-е изд. – Саратов : Научная книга, 2020. – 247 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=578456
5. Лисовский, В.А. Частная патология (внутренние болезни) : учебное пособие / В.А. Лисовский, В.Ю. Голофеевский. - М. : Сов.спорт, 2004. - 278 с.
6. Нечаев, А. В. Внутренние незаразные болезни : учебное пособие / А. В. Нечаев, Ю. А. Курлыкова. — Самара : СамГАУ, 2021 — Часть 2 : Частная патология, терапия и профилактика внутренних незаразных болезней — 2021. — 306 с. — ISBN 978-5-88575-626-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/170663 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
7. Патологическая анатомия: частная патология : учебное пособие / составители Н. А. Кирьянов [и др.] ; под общей редакцией Г. С. Ивановой. — Ижевск : ИГМА, 2018 — Часть 1 — 2018. — 120 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная

система. — URL: https://e.lanbook.com/book/142219.— Режим доступа: для авториз. пользователей.
8. Патологическая анатомия: частная патология : учебное пособие / составители Н. А. Кирьянов [и др.] ; под общей редакцией Г. С. Ивановой. — Ижевск : ИГМА, 2018 — Часть 2 — 2018. — 124 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/142220. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
9. Патология системы пищеварения и имитирующие ее состояния у спортсменов : [учебное пособие] / Г.А. Макарова, Л.Н. Елисеева, В.А. Кулиш, В.А. Шашель. - Москва : Спорт : Человек, 2019. - 188, [1] с. : ил.
10. Программно-дидактические тестовые материалы по дисциплине «Частная патология» : учебное пособие / Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта ; [разраб.: Л. А. Лазарева, В. А. Ляпин]. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2013. – 100 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены мультимедийным оборудованием.
Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

1. Методические пособия по отдельным разделам курсам.
2. Учебные таблицы на каждое занятие.
3. Иллюстрации и схемы с объяснениями для каждого студента.
4. Тестовые задания по темам курса.
5. Ситуационные задачи по разделам изучаемого курса.
6. Медицинская документация: Истории болезни, амбулаторные книжки, санаторно-курортная карта, справка для получения путевки».
7. Презентации по темам курса.
8. Программное обеспечение: программы Microsoft Word, Microsoft Excel, Power Point, Acrobat Reader.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра педагогики

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Научно-методическая деятельность

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«30» августа 2022 г., протокол № 1

ВРИО зав. каф_____Гомзякова И.П.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
К.п.н.,доцент, доцент каф. педагогики Баева Т.Е.

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на _3_ курсе по очной форме обучения, на 3 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(зачет).***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции **УК – 1 – Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.**	
Общепрофессиональные компетенции **ОПК-12. Способен проводить исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования.**	

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК-1.1. Знает: - понятие и классификация систем; - структуру и закономерности функционирования систем; - особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах; - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой	УК-1.1. Знает: - особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах; - основные технологии поиска и сбора информации; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - виды и формы работы с педагогической и научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы).

	и браузерами; - виды и формы работы с педагогической и научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы)	
	УК-1.2. Умеет: - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода	УК-1.2. Умеет: - работать с информацией, представленной в различной форме; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода.
	УК-1.3. Имеет опыт: - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности, в том числе с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.	УК-1.3. Имеет опыт - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности, в том числе с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.
ОПК-12. Способен проводить исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в	ОПК-12.1. Знает: - роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планировании, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; -	ОПК-12.1. Знает: - роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планировании, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;

сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования	актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств; - направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта; - тенденции развития физической культуры и спорта; - направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры; - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; - основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта; - научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования; - теоретические основы и технология организации научно-исследовательской и проектной деятельности; - актуальные вопросы развития ИВС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности; - назначение и область применения основных методов исследования в ФК и спорте; - алгоритм построения педагогического эксперимента; - способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных; - требования к написанию и оформлению квалификационной работы; - способы и виды литературно-графического	- актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств; - направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры; - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; - основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта; - научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования; - теоретические основы и технология организации научно-исследовательской и проектной деятельности; - назначение и область применения основных методов исследования в ФК и спорте; - алгоритм построения педагогического эксперимента; - способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных; - требования к написанию и оформлению квалификационной работы; - способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования; - правила применения корректных заимствований в текстах; - правила библиографического описания и библиографической ссылки.

	оформления результатов научного исследования; - правила применения корректных заимствований в текстах; - правила библиографического описания и библиографической ссылки.	
	ОПК-12.2. Умеет: - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - использовать научную терминологию; - классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования; - актуализировать проблематику научного исследования; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВС; физкультурно-оздоровительной деятельности; организационно-управленческого процесса в ФСО (в зависимости от направленности ОПОП); - определять задачи научного исследования; - анализировать инновационные методики; - определять задачи научного исследования в ИВС, разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования в ИВС; - - использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента; - использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик	ОПК-12.2. Умеет: - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - использовать научную терминологию; - классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования; - актуализировать проблематику научного исследования; - - определять задачи научного исследования; - анализировать инновационные методики; - определять задачи научного исследования в ИВС, разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования в ИВС; - использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента; -; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВС; - анализировать и интерпретировать полученные результаты; - формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации; - составлять и оформлять список литературы; - представлять результаты

	выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ); - анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в ИВС; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВС; - анализировать и интерпретировать полученные результаты; - формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации; - составлять и оформлять список литературы; - представлять результаты собственных исследований перед аудиторией; - формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ; - использовать технические и программные средства публичных выступлений.	собственных исследований перед аудиторией; - формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ; - использовать технические и программные средства публичных выступлений.
	ОПК-12.3. Имеет опыт: - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.	ОПК-12.3. Имеет опыт: - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения 5 семестр

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися										
В том числе:										
Занятия лекционного типа		20					20			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		26					26			
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		6 зачет					6 зачет			
Самостоятельная работа студента		56					56			
Общая трудоемкость	**часы**	**108**					108			
	зачетные единицы	**3**					3			

заочная форма обучения 6 семестр

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися											
В том числе:											
Занятия лекционного типа		2						2			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		6						6			
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		4 зачет						4 зачет			
Самостоятельная работа студента		96						96			
В том числе выполнение контрольной работы		20						20			
Общая трудоемкость	**часы**	**108**						108			
	зачетные единицы	**3**						3			

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1 ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Современные тенденции развития отечественного образования.	Цель, задачи практической педагогической деятельности и научно-методической деятельности специалистов. Нормативные документы в сфере образования. Предпосылки развития современной педагогической науки. Взаимосвязь учебной, научной и методической деятельности. Общие требования к содержанию образования. Принципы государственной политики в области образования. Структура системы образования. Свойства современного образования. Особенности реализации образовательных программ в сфере ФКиС.	*Знать:* - роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планировании, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - тенденции развития физической культуры и спорта; - направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры;
2.	Инновационные направления развития педагогической теории и практики в системе российского образования. (педагоги-новаторы).	Отрицательные тенденции образовательной системы второй половины XX в. Основные направления инновационного поиска на современном этапе развития системы образования в России. Стратегия обновления и развития российского образования. Инновационные направления научных исследований в сфере физической культуры и спорта. Характеристика инновационных проектов, используемых в российском образовании. Осообенности современных образовательных технологий. Сущность и особенности передового педагогического опыта. Главная цель анализа и обобщения передового педагогического опыта. Методика обобщения и распространения передового педагогического опыта. Этапы обобщения передового педагогического опыта. Критерии оценки передового опыта. Характеристика педагогических идей и педагогической деятельности педагогов-новаторов	**Знать:** -научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; - информационные технологии; - теоретические основы и технология организации научно-исследовательской и проектной деятельности; -требования к написанию и оформлению квалификационной работы; -способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования; **Уметь:** - раскрывать структуру и основу теории организационно-управленческой и научно-исследовательской деятельности; - использовать передовой опыт образовательной деятельности **Владеть:** -научной терминологией, принципами, закономерностями, средствами, методами исследования; -информационными технологиями. -внедрением передового опыта образовательной деятельности;

3.	Сущность научно-методической деятельности в образовательном учреждении.	Научно- методические подходы к подготовке специалистов. Сущность и структурные компоненты педагогической деятельности. Цель и задачи научно-методической деятельности в учебном заведении. Содержание научно-методической деятельности в нормативно-правовых документах (закон «Об образовании в РФ», ФГОС), типовые учебные планы, программы, учебники, учебные пособия). Формы организации научно-методической деятельности в образовательном учреждении: коллективные, групповые, индивидуальные.	Знать: - актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств; - направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта; **Уметь:** -раскрывать содержание и планирования научно-методической деятельности; **Владеть:** - содержанием и планирование научно- методической деятельности; -структурой и основами теории организационно-управленческой и научно-исследовательской деятельности;
4.	Научное познание и наука, связь теории и практики.	Наука как специфическая деятельность. Специфика педагогики как отрасли научного знания. Основные функции науки. Сущность педагогического знания. Педагогическая наука и педагогическая практика. Способы познания: стихийно-эмпирическое и научное познание. Предпосылки развития современной педагогики. Особенности педагогической деятельности в современной общественной ситуации.	**Знать:** -научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; - передовой опыт образовательной деятельности; **Уметь:** -строить алгоритм построения педагогического эксперимента - использовать передовой опыт образовательной деятельности **Владеть:** -внедрением передового опыта образовательной деятельности;
5.	Понятие о методологии педагогической науки и методологической культуре педагога.	Сущность методологии педагогики. Формы и функции методологического знания. Уровни методологического знания. Характеристика философского уровня педагогики. Исследовательские подходы. Методологическая культура педагога. Особенности проявления методологической культуры педагога. Классификация знания. Феномен ненаучного знания и его	**Знать:** научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; **Уметь:** -использовать научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; - классифицировать методологические подходы; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций

		составляющие. Система обоснований научного знания и его признаки. Характеристика двух типов культур и двух научно-исследовательских парадигм	системного подхода; **Владеть:** научной терминологией, принципами, закономерностями, средствами, методами исследования;
6.	Традиционное педагогическое исследование: этапы, общая логика исследования.	Этапы педагогического исследования. Логика педагогического исследования. Методологические признаки научного исследования. Количественная и качественная обработка данных. Интерпретация данных. Формулирование выводов. Разработка практических рекомендаций. Прогноз развития явления в будущем. Требования к написанию ВКР.	**Знать**: научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; алгоритм построения педагогического эксперимента; **Уметь:** -использовать информационные технологии; -формулировать и представлять обобщения и выводы; - учитывать требования к написанию и оформлению квалификационной работы; -способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования; - строить алгоритм построения педагогического эксперимента **Владеть:** научной терминологией, принципами, закономерностями, средствами, методами исследования; - навыками обобщения и подведения выводов; - перечнем требований написания и оформления квалификационной работы
7.	Особенности, виды педагогической литературы. Способы получения и переработки информации.	Функции анализа научной литературы. Виды современной педагогической литературы. Требования к составлению библиографии и оформлению литературных источников. Формы работы с педагогической литературой. Основные базы данных в сети Интернет, содержащие информацию о зарубежных и российских исследованиях в области физической культуры и спорта.	**Знать:** научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; - основные технологии поиска и сбора информации - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - виды и формы работы с педагогической и научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы) **Уметь:** -использовать передовой опыт образовательной деятельности - работать с информацией,

			представленной в различной форме; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; **Владеть:** -внедрением передового опыта образовательной деятельности;
8.	Научно-методическая компетентность специалиста в сфере ФКиС	Сущность компетентности. Содержание педагогической компетентности. Структура, механизм формирования, пути совершенствования научно-методической компетентности специалиста по физической культуре и спорту. Педагогические условия, обеспечивающие эффективное формирование научно-методической компетентности будущих специалистов в области физической культуры и спорта.	**Знать:** -научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; -технологии развития компетентности; **Уметь:** - использовать технологии развития компетентности; **Владеть:** -технологией развития компетентности;
9.	Творческий потенциал специалиста в области физической культуры и спорта.	Сущность педагогического творчества. Продукты творчества в сфере образования. Условия организации учебного процесса для развития творческого потенциала личности. Творческий потенциал специалиста в области физической культуры и спорта. Творческие способности специалиста. Условия организации учебного процесса для развития творческих способностей специалиста в области физической культуры и спорта. Развитие творческих способностей на занятиях по педагогическим дисциплинам.	**Знать:** -научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; -технологии развития творческих способностей и инициатив; **Уметь:** - использовать технологии развития творческих способностей и инициатив; **Владеть:** -технологией развития творческих способностей и инициатив;
10.	Развитие педагога в процессе профессиональной деятельности.	Психология студенчества и высшее образование. Обучение в вузе как фундамент будущей карьеры. Источники самообразования. Социально-профессиональная адаптация специалиста. Профессионализм и мастерство педагога. Критерии мастерства педагога. Педагогический дневник,	**Знать:** -научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; **Уметь:** -использовать передовой опыт образовательной деятельности **Владеть**: -внедрением передового опыта

		как копилка педагогического мастерства. Особенности работы с педагогическим дневником Педагогический дневник воспитателя. Педагогический дневник классного руководителя. Педагогический дневник отрядного педагога. Педагогический дневник учителя физкультуры.	образовательной деятельности;

4.2 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	**Лекция № 1. Тема: Современные тенденции развития отечественного образования.** План: 1.Сущность и содержание курса «Научно-методическая деятельность». 2.Взаимосвязь практической педагогической деятельности, педагогической науки и научно-методической деятельности специалистов. 3.Нормативные документы в сфере образования (закон «Образование РФ». ФГОС и другие). 4. Принципы государственной политики в сфере образования. 5. Особенности реализации образовательных программ в сфере ФКиС. 6. Свойства современного образования.	2
2.	**Лекция № 2. Тема: Основные направления инновационного поиска на современном этапе развития системы образования в России.** План: 1.Отрицательные тенденции образовательной системы второй половины XX в. 2.Основные направления инновационного поиска на современном этапе развития системы образования в России. 3. Характеристика инновационных проектов в российском образовании. 4. Современные образовательные технологии.	2
3.	**Лекция № 3. Тема: Сущность научно-методической деятельности.** План: 1. Сущность и специфика педагогической деятельности, её компоненты. 1.Научно- методические подходы к подготовке специалистов. 2.Цель и задачи научно-методической деятельности в учебном заведении 3. Содержание научно-методической деятельности. 4. Формы организации научно-методической деятельности, механизмы, пути развития.	2
4.	**Лекция № 4. Тема: Наука и научное познание. Связь педагогической науки и педагогической практикой** План: 1.Наука как специфическая деятельность. 2.Специфика педагогики как отрасли научного знания. 3.Взаимосвязь педагогической науки и педагогической практикой.	2

	4.Предпосылки развития педагогической науки.	
5.	**Лекция № 5. Тема: Понятие о методологии педагогической науки и методологической культуре педагога.** План: 1.Сущность методологии педагогики. 2. Формы и функции методологического знания. 3. Уровни методологического знания. 4. Характеристика философского уровня педагогики. 5. Методологические подходы, используемые в педагогике. 6. Методологическая культура педагога. Особенности проявления методологической культуры педагога.	2
6.	**Лекция № 6. Тема: Традиционное педагогическое исследование: этапы, общая логика исследования.** План: 1.Этапы педагогического исследования. 2.Логика педагогического исследования. 3.Методологические признаки научного исследования. 4.Методы исследования в педагогике. 5.Виды педагогических экспериментов.	2
7.	**Лекция № 7. Тема: Особенности, виды педагогической литературы. Способы получения и переработки информации.** **План:** 1.Функции анализа научной литературы. 2.Виды современной педагогической литературы. 3.Требования к составлению библиографии и оформлению литературных источников. 4.Формы работы с педагогической литературой. 5.Основные базы данных в сети Интернет, содержащие информацию о зарубежных и российских исследованиях в сфере физической культуры и спорта.	2
8.	**Лекция № 8. Тема: научно-методическая компетентность специалиста в области физической культуры и спорта.** План: 1.Сущность компетентности. Содержание педагогической компетентности. 2.Структура, механизм формирования, пути совершенствования научно-методической компетентности специалиста по физической культуре и спорту. 3.Педагогические условия, обеспечивающие эффективное формирование научно-методической компетентности будущих специалистов в сфере физической культуры и спорта.	2
9.	**Лекция № 9 Тема: Творческий потенциал специалиста в области физической культуры и спорта.** План: 1.Сущность педагогического творчества. 2.Продукты творчества в сфере образования. 3.Условия организации учебного процесса для развития творческого потенциала личности. 4.Творческий потенциал специалиста в области физической культуры и спорта.	2
10.	**Лекция № 10. Тема: Развитие педагога в процессе профессиональной деятельности.** План: 1 Психология студенчества и высшее образование. 2.Функции и источники самообразования. 3.Социально-профессиональная адаптация педагога.	2

	4.Професионализм и мастерство педагога. 5.Педагогический дневник как средство саморазвития и самообразования.	
	Итого	20 час.

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Тема: Современные тенденции развития отечественного образования.** План: 1.Взаимосвязь учебной, научной и методической деятельности. 2.Общие требования к содержанию образования. 3. Нормативные документы в сфере образования. 4. Принципы государственной политики в области образования. 5. Особенности реализации образовательных программ в сфере ФКС. .6. Основные свойства современного образования. Вопросы: 1. Раскройте взаимосвязь учебной, научной и методической деятельности. 2. Обоснуйте общие требования к содержанию образования. 3. Назовите принципы государственной политики в области образования. 4. Перечислите основные свойства современного образования. 5. По каким показателям можно судить о качестве образования в физкультурном вузе. 6. Охарактеризуйте особенности научно-методической деятельности на современном этапе.	2
2*.	**Тема: Инновационные направления развития педагогической теории и практики.** План: 1.Инновационные направления научных исследований в сфере физической культуры и спорта. 2. Инновационные проекты. 3.Инновационные направления развития в педагогической теории и практической деятельности. Вопросы: 1.Назовите инновационные направления научных исследований в сфере физической культуры и спорта. 2.Охарактеризуйте инновационные проекты. 3.Раскройте содержание инновационных направлений развития педагогической теории и практической деятельности.	2
2	**Тема: Технологический подход в образовании, отличительные признаки образовательных технологий.** План: 1.Понятие технологии обучения и значение в педагогической деятельности. 2. Признаки педагогических технологий и их взаимосвязь с педагогическим мастерством. 3, Характеристики технологий обучения: традиционная (репродуктивная); технология развивающего обучения (Л.В.Занкова); модульная технология, игровая, проблемная. Вопросы: 1.Раскройте понятия «методика», «технология обучения». Что общего и различного в этих понятиях? 2. Каковы особенности традиционных методик и современных методик и технологий обучения? 3. Что является показателем эффективности современной технологии обучения?	2

2	**Тема: Современные образовательные технологии.** План: **1.** Педагогическая технология на основе личностной ориентации педагогического процесса. 2.Педагогическая технология на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся. 3. Технология развивающего обучения Д.Б.Эльконина, В.В.Давыдова. Вопросы: 1. Раскройте сущность технологии на основе личностной ориентации педагогического процесса, приведите примеры использования элементов этой технологии на учебно-тренировочных занятиях по вашему виду спорта. 2.Раскройте понятие игры и игрового метода, как средств активизации и интенсификации обучения. 3.Привидите пример игровой задачи творческого характера в вашем виде спорта. 4. Раскройте сущность и значение проблемного обучения.	2
3	**Тема: Сущность научно-методической деятельности, цель задачи и формы организации.** План: 1. Цель и задачи научно-методической деятельности в образовательном учреждении. 2. Содержание научно-методической деятельности в нормативно-правовых документах. 3.Формы организации научно-методической деятельности в образовательном учреждении (коллективные, групповые, индивидуальные). 4. Научно –методическая компетентность специалиста в области физической культуры и спорта и ее составляющие. 5. Педагогические условия, обеспечивающие эффективное формирование научно-методической компетентности будущих специалистов в области физической культуры и спорта. Вопросы: дискуссия. 1.Раскройте содержание научно-методической деятельности, используя нормативно-правовые документы методической деятельности. 2.Охарактеризуйте научно – методическую компетентность специалиста в области физической культуры и спорта и ее составляющие. 3.Обоснуйте пути развития научно- методической компетентности специалиста по физической культуре и спорту. 4. Назовите педагогические условия, обеспечивающие эффективное формирование научно- методической компетентности будущих специалистов в области физической культуры и спорта.	2
4*.	**Тема: Изучение и обобщение передового педагогического опыта педагогов-новаторов.** План: 1.Критерии оценки передового опыта. 2.Характеристика педагогических идей и педагогической деятельности педагогов-новаторов (Ш. А. Амонашвили, И. П. Волков, Е. Н. Ильин, С. Н. Лысенко, Н.Н.Н.Палтышев, В. Ф. Шаталов, М. П. Щетинин). 3. Анализ научных идей педагогов-новаторов. Вопросы: Выполнение практического задания. 1. Назовите критерии оценки передового опыта. 2.Проанализируйте и опишите сходство и различия педагогической деятельности педагогов- новаторов и их педагогических идей. 3. Каким образом Вы будете анализировать научные идеи педагогов-новаторов?	2

8	**Тема: Педагогический дневник** План: 1.Педагогический дневник, как копилка педагогического мастерства. 2.Особенности работы с педагогическим дневником. 3.Советы педагогов начинающим вести дневник Макаренко А.С, Сухомлинского В. А, Амонашвили Ш. А., Ильина Е. И., Антоновой Л.Г., Тряпицыной А. П. 4. Виды педагогического дневника (воспитателя, классного руководителя, отрядного педагога, учителя физической культуры) Вопросы: 1. Для каких целей нужен педагогический дневник? 2.Какие особенности работы с педагогическим дневником? 3.Какие полезные советы по работе с дневником дают Макаренко А.С, Сухомлинского В. А, Амонашвили Ш. А., Ильина Е. И., Антоновой Л. Г., Тряпицыной А. П.?	2
5.	**Тема: Понятие о методологии педагогической науки и методологической культуре педагога.** План: 1.Классификация знания. 2.Феномен ненаучного знания и его составляющие. 3.Система обоснований научного знания и его признаки. 4.Характеристика двух типов культур и двух научно-исследовательских парадигм. 5. Основные функции науки. 6. Сущность педагогического знания. Вопросы: 1.Раскройте классификацию знаний. 2.Охарактеризуйте феномен ненаучного знания и его составляющие. 3. Проанализируйте систему обоснований научного знания и его признаки. 4.Дайте характеристику двух типов культур и двух научно-исследовательских парадигм. 5.Опишите основные функции науки. 6. Раскройте сущность педагогического знания.	2
6	**Тема: Традиционное педагогическое исследование: этапы, общая логика исследования.** **План:** 1.Методологические характеристики научного исследования. 2. Этапы научного исследования. 3.Количественная и качественная обработка данных. 4.Интерпретация данных, формулирование выводов. 5.Разработка практических рекомендаций. 6. Прогноз развития явления в будущем. Вопросы: Выполнение практического задания. 1.Каким образом осуществляется количественная и качественная обработка данных. 2. Какие требования предъявляются к интерпретации данных? 3. Какие требования предъявляются к формулированию выводов? 4.Раскройте алгоритм разработки практических рекомендаций. 5. Каким образом осуществляется прогноз развития явления в будущем?	2

6*	**Тема: Классификация методов исследования в педагогике. Структура и требования к оформлению ВКР.** **План:** 1.Методы исследования в педагогике. 2.Педагогический эксперимент в области физической культуры и спорта. 3.Виды экспериментов. 4. Структура и требования к оформлению ВКР. Вопросы и практические задания: 1. Охарактеризуйте методы исследования в педагогике. 2. Опишите требования, которые предъявляются к педагогическому эксперименту в области физической культуры и спорта. 3. Раскройте виды экспериментов. 4. Структура выпускной квалификационной работы. 5. Требования к оформлению ВКР. 6. Составление проспекта исследования. 7. Анализ формулировок компонентов методологического аппарат**а исследования.**	2
7	**Тема: Особенности, виды педагогической литературы. Способы получения и переработки информации** **План:** 1.Функции анализа научной литературы. 2.Виды современной педагогической литературы. 3.Требовния к составлению библиографии и оформлению литературных источников. 4.Формы работы с педагогической литературой (аннотирование, составление информационного плана, тезирование, конспектирование, цитирование). 5.Основные базы данных в сети Интернет, содержащие информацию о зарубежных и российских исследованиях в сфере физической культуры и спорта. Вопросы: 1. Раскройте функции анализа научной литературы. 2. Охарактеризуйте виды современной педагогической литературы. 3.Раскройте требования к составлению библиографии и оформлению литературных источников. 4.Охарактеризуйте основные формы работы над педагогической литературой**, покажите на конкретных примерах специфику разных форм работы: чтения книг, аннотирования, составления плана информационного текста, тезирования, конспектирования, цитирования.** **Работа с текстами педагогической направленности, составление аннотирования, составления плана информационного текста, тезирования, конспектирования, цитирования.**	2
10	**Тема: Коммуникативная культура специалиста в области физической культуры и спорта как фактор профессионально-педагогического становления личности.** **План:** 1.Характеристика педагогического общения, виды стили педагогического общения. 2. Методики выявления научной направленности на педагогическое общение. 3. Индивидуальный подход в работе со специалистами. Вопросы: Деловая игра. 1. Охарактеризуйте научную направленность педагогического общения специалиста. 2. Опишите типологию научной направленности личности специалиста по физической культуре и спорту на педагогическое общение. 3.Обоснуйте выбор методик выявления научной направленности на педагогическое общение. 4.Какой индивидуальный подход осуществляется в работе со специалистами**.**	2

9*.	**Тема: Творческий потенциал специалиста в области физической культуры и спорта.** **План:** 1.Творческие способности специалиста. 2.Условия организации учебного процесса для развития творческих способностей специалиста в области физической культуры и спорта. 3.Развитие творческих способностей на занятиях по педагогическим дисциплинам. Вопросы: Дискуссия. Деловая игра. 1.Какими творческими способностями должен обладать специалист, работающий в сфере физической культуры и спорта? 2. Какие условия нужно создать для развития творческих способностей специалиста в области физической культуры и спорта? 3.Каким образом можно развивать творческие способности на занятиях по педагогическим дисциплинам? Проведение игр, подбор ситуаций, способствующих развитию творческих способностей на занятиях по педагогическим дисциплинам.	2

*интерактивные занятия

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	**Лекция № 1. Тема: Современные тенденции развития отечественного образования.** План: 1.Сущность и содержание курса «Научно-методическая деятельность». 2.Взаимосвязь практической педагогической деятельности, педагогической науки и научно-методической деятельности специалистов. 3.Нормативные документы в сфере образования (закон «Образование РФ». ФГОС и другие). 4. Принципы государственной политики в сфере образования. 5. Особенности реализации образовательных программ в сфере ФКиС. 6. Свойства современного образования. Вопросы: 1.Раскройте взаимосвязь учебной, научной и методической деятельности. 2.Обоснуйте общие требования к содержанию образования. 3.Структура образования, прописанная в законе об образовании. 4.Назовите принципы государственной политики и основные свойства современного образования. 5. Как понимаете «светский характер образования»? 6.По каким показателям можно судить о качестве образования в физкультурном вузе. 7.Охарактеризуйте особенности научно-методической деятельности на современном этапе. 8.Образовательные стандарты: сущность, содержание и назначение. 9.Виды дополнительного образования. 10.Как понимаете термин «непрерывность образования».	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во*

		часов
3	**Тема: Основные направления инновационного поиска и научно-методической деятельности специалиста в области физической культуры и спорта.** План: 1.Инновационные направления научных исследований в сфере физической культуры и спорта. 2. Инновационные проекты. 3.Инновационные направления развития в педагогической теории и практической деятельности. Вопросы: 1.Назовите инновационные направления научных исследований в сфере физической культуры и спорта. 2. Охарактеризуйте инновационные проекты. 3. Раскройте содержание инновационных направлений развития педагогической теории и практической деятельности. в физкультурном вузе. 4.Охарактеризуйте особенности научно-методической деятельности на современном этапе. 5.Образовательные стандарты: сущность, содержание и назначение. 6.Виды дополнительного образования. 7.Как понимаете термин «непрерывность образования».	2
6.	**Тема: Традиционное педагогическое исследование: этапы, общая логика исследования.** План: 1.Этапы педагогического исследования. 2.Логика педагогического исследования. 3. Методологические характеристики первого этапа исследования. 4. Методы исследования в педагогике. 5. Виды педагогических экспериментов. 6. Требования к оформлению ВКР. Вопросы и практические задания: 1.Охарактеризуйте методы исследования в педагогике. 2.Опишите требования, которые предъявляются к педагогическому эксперименту в области физической культуры и спорта. 3.Раскройте виды экспериментов. 4. структура и требования к оформлению ВК **5. Анализ формулировок компонентов методологического аппарата.** 6. Каким образом осуществляется количественная и качественная обработка данных 7. Какие требования предъявляются к интерпретации данных? 8. Какие требования предъявляются к формулированию выводов? 9.**Раскройте алгоритм разработки практических рекомендаций**. 10. Каким образом осуществляется прогноз развития явления в будущем?	2
7	**Тема: Особенности, виды педагогической литературы. Способы получения и переработки информации** План: 1.Функции анализа научной литературы. 2.Виды современной педагогической литературы. 3.Требовния к составлению библиографии и оформлению литературных источников. 4.Формы работы с педагогической литературой. 5.Основные базы данных в сети Интернет, содержащие информацию о зарубежных и российских исследованиях в области физической культуры и спорта. Вопросы: 1 Раскройте функции анализа научной литературы. 2. Охарактеризуйте виды современной педагогической литературы. 3.Раскройте требования к составлению библиографии и оформлению литературных источников 4.Охарактеризуйте основные формы работы над педагогической литературой, покажите на конкретных примерах специфику разных форм работы: чтения книг,	2

	аннотирования, составления плана информационного текста, тезирования, конспектирования, цитирования. Работа с текстами. 5.Перечислите основные базы данных в сети Интернет, содержащие информацию о зарубежных и российских исследованиях в области физической культуры и спорта.	

Неотъемлемой частью рабочей программы являются приложения. К рабочей программе прилагаются:

Приложение 1. Фонд оценочных средств по дисциплине.

Приложение 2. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Горовая, В. И. Научно-исследовательская работа : учебное пособие для вузов / В. И. Горовая. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 103 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14688-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/519806
2. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 232 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07632-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514551
3. Неумоева-Колчеданцева, Е. В. Основы научной деятельности студента. Курсовая работа : учебное пособие для вузов / Е. В. Неумоева-Колчеданцева. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 119 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09443-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/494059
4. Шкляр, М.Ф. Основы научных исследований : учебное пособие / М.Ф. Шкляр. – 6-е изд. – Москва : Дашков и К°, 2017. – 208 с. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450782

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Афанасьев, В. В. Методология и методы научного исследования : учебное пособие для вузов / В. В. Афанасьев, О. В. Грибкова, Л. И. Уколова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 154 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02890-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514435
2. Бакшева, Т.В. Основы научно-методической деятельности : учебное пособие / Т.В. Бакшева, А.В. Кушакова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». – Ставрополь : СКФУ, 2014. – 122 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457140
3. Бекасова, С.Н. Основы научно-методической деятельности : учебное пособие. - СПб. : [б. и.], 2009. – 220 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Данилов, А. В. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учебное пособие / А. В. Данилов, Г. М. Юламанова, Т. Ф. Емелёва. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2019. — 70 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/129825. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : [учебник]. - Москва : Академия, 2013. - 287, [1] с. : ил.
6. Корягина, Ю.В. Научно-методическое обеспечение сборных команд в спортивных играх : учебное пособие / Ю.В. Корягина, В.А. Блинов, С.В. Нопин ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики футбола и хоккея. – Омск : Издательство СибГУФК, 2016. – 138 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459420
7. Мокий, М. С. Методология научных исследований : учебник для вузов / М. С. Мокий, А. Л. Никифоров, В. С. Мокий ; под редакцией М. С. Мокия. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 254 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-

13313-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/510937
8. Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебник. - Москва : Советский спорт, 2013. - 279 с. : ил.
9. Попов, Г.И. Научно-методическая деятельность в спорте : учебник. - Москва : Академия, 2015. - 188, [1] с. : ил.
10. Селуянов, В.Н. Научно-методическая деятельность : учебник. - М. : Физическая культура, 2005. - 288 с.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://urait.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://www.diss.rsl.ru/
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link isexternal)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для преподавания дисциплины имеется необходимое материально-техническое обеспечение (специально оборудованный кабинет, мультимедийные комплекты).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра теории и методики адаптивного спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Технологии физкультурно-спортивной деятельности

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ Аксенов А.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Евсеева О.Э., директор Института АФК, д-р пед. наук, профессор
Терентьева И.Г., доцент каф. ТиМАС
Мухина А.В., доцент каф. ТиМАС, канд. пед. наук
Жирнова А.Д., преп. каф. ТиМАС,

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе 5 семестра и 3 курсе 6 семестра по очной форме обучения, на 3курсе 6 семестра и 4 курсе 7 семестра по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(зачет, экзамен).***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Обучение	**ОПК-1.** Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья
Развитие	**ОПК-7**. Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК -1	***ОПК-1.1.*** *Знает:* - историю и современное состояние гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжного спорта как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - средства гимнастики и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и	*Знания:* - историю и современное состояние гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжного спорта как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - средства гимнастики и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;

	социальной деятельности; - основы обучения гимнастическим упражнениям; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений; - основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты)); - методики обучения технике легкоатлетических упражнений; - методики развития физических качеств средствами легкой атлетики; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой; - правила и организацию соревнований в легкой атлетике; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики; - основы техники способов передвижения на лыжах; - методики обучения способам передвижения на лыжах; - методики развития физических качеств средствами лыжной подготовки; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях лыжной подготовкой; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта; - основы техники способов плавания и прикладного плавания; - методики обучения способам	- основы обучения гимнастическим упражнениям; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений; - основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты)); - методики обучения технике легкоатлетических упражнений; - методики развития физических качеств средствами легкой атлетики; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой; - правила и организацию соревнований в легкой атлетике; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики; - основы техники способов передвижения на лыжах; - методики обучения способам передвижения на лыжах; - методики развития физических качеств средствами лыжной подготовки; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях лыжной подготовкой; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта; - основы техники способов плавания и прикладного плавания; - методики обучения способам плавания; - методики развития физических

	плавания; - методики развития физических качеств средствами плавания; -методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием; -методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения спортивным и подвижным играм; - терминологию спортивных и подвижных игр; - способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся.	качеств средствами плавания; -методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием; -методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения спортивным и подвижным играм; - терминологию спортивных и подвижных игр; - способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. *Умения:* - применять методы организации

	ОПК-1.2. *Умеет:* - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС и АС); -использовать стандартное и дополнительное оборудование,	учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС и АС); -использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными

	пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; - организовывать группу занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными	приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; - организовывать группу занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и

	возможностями здоровья на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонками лыжной подготовке, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; - формировать основы физкультурных знаний; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями	спортивным играм, лыжному спорту; - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонками лыжной подготовке, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; - формировать основы физкультурных знаний; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. *Навыки:* - проведения комплексов

	здоровья. ***ОПК-1.3.*** *Имеет опыт:* - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой общеподготовительных, специальноподготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики; - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике, плаванию, лыжной подготовке; - проведения	упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики; - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике, плаванию, лыжной подготовке; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств

	фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.	гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
ОПК-7	***ОПК-7.1.*** *Знает:* - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; ***ОПК-7.2.*** *Умеет:* -учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах	*Знания:* - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; *Умения:* -учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры

	адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств, занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций; ***ОПК-7.3.*** *Имеет опыт:* - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии;	с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций; *Навыки:* - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии;

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	**5**	**6**	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**162**					**108**	**54**		
В том числе:										
Занятия лекционного типа		60					40	20		
Занятия семинарского типа (практические занятия)		102					68	34		
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)		**24**					**6**	**18**		
Самостоятельная работа студента		**138**					**66**	**72**		
Общая трудоемкость	**часы**	**324**					**180**	**144**		
	зачетные единицы	**9**					**5**	**4**		

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	**6**	**7**	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**42**						**28**	**14**		
В том числе:											
Занятия лекционного типа		18						12	6		
Занятия семинарского типа (практические занятия)		24						16	8		
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)		**13**						**4**	**9**		
Самостоятельная работа студента		**269**						**148**	**121**		
Выполнение контрольной работы		**40**						**20**	**20**		
Общая трудоемкость	**часы**	**324**						**180**	**144**		
	зачетные единицы	**9**						**5**	**4**		

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	**Теоретико – методические основы технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре.**	Технологии физкультурно-спортивной деятельности как учебно-педагогическая и научная дисциплина. Классификация и характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности.	***ОПК-1.1.*** *Знает:* - историю и современное состояние гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжного спорта как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - средства гимнастики и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения гимнастическим упражнениям; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений; - основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты)); - методики обучения технике легкоатлетических упражнений; - методики развития физических качеств средствами легкой атлетики; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой; - правила и организацию соревнований в легкой атлетике; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики; - основы техники способов передвижения на лыжах; - методики обучения способам передвижения на лыжах; - методики развития физических качеств средствами лыжной подготовки;

			- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях лыжной подготовкой; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта; - основы техники способов плавания и прикладного плавания; - методики обучения способам плавания; - методики развития физических качеств средствами плавания; -методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием; -методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения спортивным и подвижным играм; - терминологию спортивных и подвижных игр; - способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. ***ОПК-1.2.*** *Умеет:* - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения

			(организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС и АС); -использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; - организовывать группу занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - оценивать качество выполнения упражнений в

			гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонками лыжной подготовке, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; - формировать основы физкультурных знаний; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. ***ОПК-1.3.*** *Имеет опыт:* - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой общеподготовительных, специальноподготовительных и соревновательных

			гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики; - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике, плаванию, лыжной подготовке; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации. ***ОПК-7.1.*** *Знает:* - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; ***ОПК-7.2.*** *Умеет:* -учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом

			особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций; ***ОПК-7.3.*** *Имеет опыт:* - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии;
2.	**Гимнастика для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.**	Виды гимнастики, применяемые в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности. Аэробика как вид двигательной активности. Адаптивное направление аэробики. История возникновения и развития аэробики. Классификации аэробики. Структура и содержание занятий аэробикой. Особенности занятий оздоровительной и прикладной аэробикой с различным контингентом. Контроль и самоконтроль в процессе занятий	***ОПК-1.1.*** *Знает:* - терминологию гимнастики, - средства гимнастики и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения гимнастическим упражнениям; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. ***ОПК-1.2.*** *Умеет:* - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию гимнастики;

		оздоровительной аэробикой. Гигиена питания при занятиях оздоровительной аэробикой. Методика построения комплекса низкоударной аэробики для лиц, имеющих ограниченные возможности. Фитбол-аэробика в адаптивной физической культуре. Степ-аэробика в адаптивной физической культуре. Танцевальная аэробика в адаптивной физической культуре. Шейпинг как научная комплексная система физической культуры. Стретчинг в адаптивной физической культуре. Калланетика-система физических упражнений Каллан Пинкни.	- распределять на протяжении занятия средства гимнастики с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике; - использовать средства гимнастики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС и АС); -использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств гимнастики; - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики; - оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по гимнастике; - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - формировать основы физкультурных знаний;

			- нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. ***ОПК-1.3.*** *Имеет опыт:* - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой обще-подготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации. ***ОПК-7.1.*** *Знает:* - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; ***ОПК-7.2.*** *Умеет:* -учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом

			особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций; ***ОПК-7.3.*** *Имеет опыт:* - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии;
3.	**Плавание лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья - гидрореабилитация**	Аква-фитнес в адаптивной физической культуре. Гидрореабилитация как педагогический процесс.	***ОПК-1.1.*** *Знает:* - историю и современное состояние плавания его место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды плавания как базового вида спорта; - воспитательные возможности занятий плаванием; - терминологию плавания; - основы техники способов плавания и прикладного плавания; - методики обучения способам плавания; - методики развития физических качеств средствами плавания; -методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием; -методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. ***ОПК-1.2.***

			Умеет: - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий плаванию в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию плавания*;* - распределять на протяжении занятия средства плавания с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в плавании; -использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств легкой плавания; - организовывать группу занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений плавания; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств плавания; - оценивать качество выполнения упражнений в плавании и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в плавании, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по плаванию; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - анализировать и корректировать уровень

			сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; - формировать основы физкультурных знаний; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. ***ОПК-1.3.*** *Имеет опыт:* - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - участия в судействе соревнования по плаванию - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации. ***ОПК-7.1.*** *Знает:* - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; ***ОПК-7.2.*** *Умеет:* -учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций;

			ОПК-7.3. *Имеет опыт:* - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии;
4.	**Коррекционно-развивающие игры в адаптивной физической культуре.**	Социальная сущность и значение игры Подбор и моделирование игр в адаптивной физической культуре. Подвижные игры для детей с нарушением в развитии	***ОПК-1.1.*** *Знает:* - историю и современное состояние подвижных и спортивных игр; - значение и виды спортивных и подвижных игр как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий подвижными и спортивными играми; - терминологию подвижных и спортивных игр; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения спортивным и подвижным играм; - терминологию спортивных и подвижных игр; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. ***ОПК-1.2.*** *Умеет:* - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по подвижным и спортивным играм с учетом материально-технических возможностей учебного заведения

			(организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по подвижным и спортивным играм в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию подвижных и спортивных игр; - распределять на протяжении занятия средства подвижных и спортивных игр с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений подвижных и спортивных играх; - использовать средства спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС и АС); -использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств подвижных и спортивных игр; - организовывать группу занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения спортивных и подвижных игр; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств спортивных и подвижных; - оценивать качество выполнения упражнений в подвижных и спортивных играх; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в подвижных и спортивных играх; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях подвижным и спортивным играм; - использовать существующие методики проведения соревнований по спортивным и подвижным играм проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по спортивным и подвижным играм;

			- проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; - формировать основы физкультурных знаний; - нормировать и регулировать нагрузку на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. ***ОПК-1.3.*** *Имеет опыт:* - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.

			ОПК-7.1. *Знает:* - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; ***ОПК-7.2.*** *Умеет:* -учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций; ***ОПК-7.3.*** *Имеет опыт:* - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии;
5.	**Национальные спортивные и оздоровительные технологии**	Методика организации и проведения игры в дартс. Методика организации и обучения игры в мини-футбол. Организация и методика проведения игры в радиальный баскетбол	***ОПК-1.1.*** *Знает:* - историю и современное состояние подвижных и спортивных игр; - значение и виды спортивных и подвижных игр как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий подвижными и спортивными играми; - терминологию подвижных и спортивных игр; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения спортивным и подвижным играм; - терминологию спортивных и подвижных игр; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера

			средствами спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. ***ОПК-1.2.*** *Умеет:* - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по подвижным и спортивным играм с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по подвижным и спортивным играм в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию подвижных и спортивных игр; - распределять на протяжении занятия средства подвижных и спортивных игр с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений подвижных и спортивных играх; - использовать средства спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС и АС); -использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств подвижных и спортивных игр; - организовывать группу занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от

			поставленных задач для безопасного выполнения спортивных и подвижных игр; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств спортивных и подвижных; - оценивать качество выполнения упражнений в подвижных и спортивных играх; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в подвижных и спортивных играх; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях подвижным и спортивным играм; - использовать существующие методики проведения соревнований по спортивным и подвижным играм проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по спортивным и подвижным играм; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; - формировать основы физкультурных знаний; - нормировать и регулировать нагрузку на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. ***ОПК-1.3.*** *Имеет опыт:* - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры;

			- составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации. ***ОПК-7.1.*** *Знает:* - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; ***ОПК-7.2.*** *Умеет:* -учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций; ***ОПК-7.3.*** *Имеет опыт:* - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с

			нарушением в развитии;
6.	**Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности**	Понятия и классификация профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности. Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности с использованием спецоборудования инвентаря. Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности, моделирующие ограничения движений. Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности, проводимые совместно со спортсменами-инвалидами. Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-	***ОПК-1.1.*** *Знает:* - историю и современное состояние легкой атлетики, подвижных и спортивных игр их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий легкой атлетикой, подвижными и спортивными играми; - терминологию легкой атлетики, подвижных и спортивных игр; - основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, дистанции); - методики обучения технике легкоатлетических упражнений; - методики развития физических качеств средствами легкой атлетики; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой; - правила и организацию соревнований в легкой атлетике; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения спортивным и подвижным играм; - терминологию спортивных и подвижных игр; - способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной

		тренировочной деятельности в радиальном баскетболе (питербаскете).	деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. ***ОПК-1.2.*** *Умеет:* - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по легкой атлетике, подвижным и спортивным играм с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по легкой атлетике, подвижным и спортивным играм в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию легкой атлетики, подвижных и спортивных игр; - распределять на протяжении занятия средства легкой атлетики, подвижных и спортивных игр с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в легкой атлетике, подвижных и спортивных играх; - использовать средства легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС и АС); -использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств легкой атлетики, подвижных и спортивных игр; - организовывать группу занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств легкой атлетики, спортивных и подвижных игр; - оценивать качество выполнения упражнений в легкой атлетике, подвижных и спортивных играх и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у

			занимающихся ошибок в технике движений в легкой атлетике, подвижных и спортивных играх подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по легкой атлетике, подвижным и спортивным играм; - использовать существующие методики проведения соревнований по легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонками лыжной подготовке, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по легкой атлетике, спортивным и подвижным играм; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; - формировать основы физкультурных знаний; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. ***ОПК-1.3.*** *Имеет опыт:* - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов; - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике;

			- проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации. ***ОПК-7.1.*** *Знает:* - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; ***ОПК-7.2.*** *Умеет:* -учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций; ***ОПК-7.3.*** *Имеет опыт:* - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии;
7.	**Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями здоровья**	Детский церебральный паралич и туризм; Противопоказания для участия в туристических мероприятиях; Организация туристских походов с учетом	***ОПК-1.1.*** *Знает:* - историю и современное состояние гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжного спорта как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным

		нозологии; Гигиена, профилактика, техника безопасности в туризме для пожилых людей и инвалидов; Тактика передвижения группы с ограниченным и возможностями здоровья на спортивном маршруте. Спортивные праздники, фестивали, состязания, игры с лицами, имеющими ограниченные возможности.	спортом; - терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - средства гимнастики и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения гимнастическим упражнениям; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений; - основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты)); - методики обучения технике легкоатлетических упражнений; - методики развития физических качеств средствами легкой атлетики; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой; - правила и организацию соревнований в легкой атлетике; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики; - основы техники способов передвижения на лыжах; - методики обучения способам передвижения на лыжах; - методики развития физических качеств средствами лыжной подготовки; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях лыжной подготовкой; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта; - основы техники способов плавания и прикладного плавания; - методики обучения способам плавания; - методики развития физических качеств средствами плавания; -методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием; -методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного

			характера средствами плавания; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения спортивным и подвижным играм; - терминологию спортивных и подвижных игр; - способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. ***ОПК-1.2.*** *Умеет:* - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение

			упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС и АС); -использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; - организовывать группу занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонками лыжной подготовке, проведения физкультурно-

			спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; - формировать основы физкультурных знаний; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. ***ОПК-1.3.*** *Имеет опыт:* - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой общеподготовительных, специальноподготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики; - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору

			подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике, плаванию, лыжной подготовке; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации. ***ОПК-7.1.*** *Знает:* - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; ***ОПК-7.2.*** *Умеет:* -учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций; ***ОПК-7.3.*** *Имеет опыт:* - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии;
8.	**Нетрадиционные**	Психогимнастика в	***ОПК-1.1.*** *Знает:*

	оздоровительные технологии	адаптивной физической культуре. Антистрессовая пластическая гимнастика (АПГ). Физическая культура личности и двигательная пластикаиндивида. Танцевальная терапия в АФК. Адаптированная йога для всех, “Бодифлекс” Цигун – методика укрепления здоровья Методика применения “Су – Джок терапии” в АФК. Дыхание в коррекции и профилактики заболеваний человека. Коррекция и профилактика нарушений функций зрительного анализатора. Самореабилитация при травмах спинного мозга в домашних условиях. Основы ментального тренинга. Метод формокоррекционной ритмопластики. Программа “Отражение”.	- воспитательные возможности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - средства гимнастики и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения гимнастическим упражнениям; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. ***ОПК-1.2.*** *Умеет:* - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе с

		Метод лечебной релаксационной пластики (РЛП). Оздоровительная система М. Норбекова. Система психосоматической саморегуляции. Верховая езда в коррекционной, реабилитационной и рекреационной работе с лицами, имеющими ограниченные возможности, включая инвалидов.	инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС и АС); -использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; - организовывать группу занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике; - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонками лыжной подготовке, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов

			физкультурно-спортивной деятельности; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - формировать основы физкультурных знаний; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. ***ОПК-1.3.*** *Имеет опыт:* - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой общеподготовительных, специально подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации. ***ОПК-7.1.*** *Знает:* - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; ***ОПК-7.2.*** *Умеет:* -учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; -

			способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций; ***ОПК-7.3.*** *Имеет опыт:* - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии;

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 5 СЕМЕСТР

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция №1. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в профессиональной подготовке специалиста по адаптивной физической культуре. Место курса, цель курса, задачи. Технологии физкультурно-спортивной деятельности- как интегрированная дисциплина. Возникновение и развитие дисциплины. Предмет исследования технологий физкультурно-спортивной деятельности. Средства, методы, и методические приемы. Основные разделы дисциплины.	2
1	Лекция №2. Классификация технологий в зависимости от нозологических признаков (лица с нарушениями сенсорных систем, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, речи, сенсорных систем, психики). Особенности использования технологий физкультурно-спортивной деятельности в зависимости от нозологии. Классификация технологий в зависимости от применяемых средств.	2
2	Лекция №3. Оздоровительные виды гимнастики (лечебная гимнастика, ритмическая гимнастика: классическая аэробика, танцевальная, аэробика с использованием предметов и приспособлений, стрейчинг, калланетика, шейпинг, восточные оздоровительные системы гимнастики; атлетическая гимнастика) Особенности применения оздоровительных видов гимнастики (лечебная гимнастика, ритмическая гимнастика: классическая аэробика, танцевальная, аэробика с использованием предметов и приспособлений, стрейчинг, калланетика, шейпинг, восточные оздоровительные системы гимнастики; атлетическая гимнастика) в адаптивной физической культуре.	2
2	Лекция №4. Особенности методики построения комплекса для лиц, имеющих	2

	нарушения слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, психики (особенности подбора средств, методов, методических приёмов). Психолого-педагогические основы проведения занятий с лицами, имеющими ограниченные возможности. Использование методик оздоровительной аэробики в адаптивном физическом воспитании, адаптивной двигательной рекреации.	
2	Лекция № 5. Рассмотреть функциональные тесты, пробы, индексы, номограммы (проба Генчи, проба Штанге проба Серкина, жизненная емкость легких (ЖЕЛ), жизненный индекс, артериальное давление (АД), тест PWC 170, Гарвардский степ-тест, тест Руфье-Диксона, ортостатическая проба, клиностатическая проба, проба Летунова, проба Ромберга, темпинг-тест, 12-минутный тест Купера). Тестирование физических качеств. Рассмотреть метрологические требования к тестам и процедуре тестирования. Выполнение функциональных тестов, проб, индексов и т.д.	2
3	Лекция №6. Место гидрореабилитации в системе профессионального образования. Гидрореабилитация лиц после травм и ампутаций, при ДЦП, аутизме, болезни Дауна, олигофрении, эпилепсии, гемипарезе, микроцефалии, гидроцефалии, диабете, сколиозе, ЗПР, ожирении, алкогольной зависимости и наркомании.	2
3	Лекция №7. Преимущества водных занятий во время беременности. Гидрореабилитация детей: новорожденных и грудного возраста. Гидрореабилитация детей-инвалидов.	2
3	Лекция№8. Оборудование и инвентарь при проведении занятий по гидрореабилитации. Критические ситуации и методика их преодоления при обучении плаванию ребёнка-инвалида. Методика преодоления водобоязни. Особенности организации и проведения игр в воде.	2
4	Лекция №9. Основные концепции подвижных игр. Биологические, психологические и педагогические аспекты игры. Виды игр для детей и взрослых, педагогические группировки и классификации. игры, направленные на установление психологического контакта.	2
4	Лекция №10. Характерные особенности игровой деятельности, игрового метода и подвижных игр. Постановка цели и определение задач, решаемых в процессе игры. Нормирование нагрузки в процессе игровой деятельности.	2
4	Лекция №11. Роль педагогического контроля. Основные педагогические требования к проведению игры. Особенности в подготовке, организации и руководстве игрой, используемой в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности.	2
5	Лекция №12. Баскетбол на колясках. Правила игры. Игровое поле (разметка). Инвентарь для игры. Основные положения игры. Состав команд.	2

	Баскетбол на колясках – вид в психологической реабилитации.	
5	Лекция №13. Организация и проведение соревнований по дартсу среди лиц, имеющих поражения опорно-двигательного аппарата (на примере работы Федераций дартса в Санкт-Петербурге). Методика и организация игры в дартс с лицами, имеющих нарушения функций зрительного анализатора (коррекционная направленность игры в дартс).	2
5	Лекция №14. Правила игры в мини-футбол. Отличие мини-футбола от футбола. Методика обучения техническим и тактическим приемам. Особенности использования игры в мини-футбол с лицами с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов. Игра в мини-футбол.	2
6	Лекция №15. Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности как виды деятельности, позволяющие формировать у будущих специалистов по адаптивной физической культуре ощущения, восприятия, представления, возникающие у спортсменов-инвалидов в процессе занятий различными видами адаптивного спорта; осваивать студентам знания, умения, навыки, развивать и совершенствовать у них физические качества и способности, характерные для того или иного вида адаптивного спорта, а также приобретать опыт эмоционально-ценностного отношения и творческой деятельности в сфере будущей профессии. Техническая, физическая, тактическая, теоретическая и психологическая подготовка студентов в видах адаптивного спорта, разработанных специально для спортсменов-инвалидов: голболе и торболе, в биатлоне (для незрячих), в хоккее на полу.	2
6	Лекция №16. Классификация профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности в зависимости от способов включения студентов в занятия тем или иным видом адаптивного спорта: 1) использование специального оборудования и инвентаря в видах адаптивного спорта, разработанных для спортсменов-инвалидов; 2) моделирование тех или иных ограничений двигательной деятельности, обусловленных конкретной патологией (или сочетанием патологий); 3) участие в спортивной и учебно-тренировочной деятельности совместно со спортсменами-инвалидами.	2
6	Лекция №17. Систематизация профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности в рамках основных направлений адаптивного спорта: паралимпийском, сурдлимпийском, Специальном Олимпийском.	2
7	Лекция №18. Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями здоровья.	2
7	Лекция №19. Организация туристских походов с учетом нозологии. Детский церебральный паралич и туризм. Тактика передвижения группы с ограниченными возможностями на спортивном маршруте.	2

7	Лекция № 20. Гигиена, профилактика, техника безопасности в туризме для пожилых людей и инвалидов. Противопоказания для участия в туристских мероприятиях.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
1	Практическое занятие № 1. Рассмотреть значение технологии физкультурно-спортивной деятельности в профессиональной подготовке специалиста по адаптивной физической культуре. Рассмотреть место, цель, задачи курса. Рассмотреть предмет исследования технологий физкультурно-спортивной деятельности. Рассмотреть средства, методы, и методические приемы.	2
1	Практическое занятие № 2. Рассмотреть классификацию технологий в зависимости от нозологических признаков (лица с нарушениями сенсорных систем, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, речи, сенсорных систем, психики. Рассмотреть классификацию технологий в зависимости от применяемых средств. Рассмотреть особенности использования технологий физкультурно-спортивной деятельности в зависимости от нозологии.	2
2	Практическое занятие № 3. Рассмотреть понятие оздоровительной аэробики. Рассмотреть понятие “здоровье”, соматическое, физическое, психическое, нравственное и сексуальное здоровье, предболезнь, болезнь, сущность здоровья, показатели здоровья. Задачи на занятие: Рассмотреть характеристику влияния занятий аэробикой на организм человека. Рассмотреть лечебно-реабилитационное и адаптивное направления аэробики. Практические занятия в зале.	2
2	Практическое занятие № 4. Рассмотреть понятие оздоровительной аэробики. Рассмотреть понятие “здоровье”, соматическое, физическое, психическое, нравственное и сексуальное здоровье, предболезнь, болезнь, сущность здоровья, показатели здоровья. Задачи на занятие: Рассмотреть характеристику влияния занятий аэробикой на организм человека. Рассмотреть лечебно-реабилитационное и адаптивное направления аэробики. Практические занятия в зале.	2
2	Практическое занятие № 5. Рассмотреть аэробные программы Кеннета Купера. Музыкальное ритмопластическое направление в гимнастике. Основоположники музыкального ритмопластического направления: Жорж Демени, Франсуа Дельсарт, Айседора Дункан и Жак Далькроз. Танцевальная аэробика Джейн Фонды и Джеки Соренса. Рассмотреть классификации аэробики. Оздоровительная аэробика:	2

	аэробика высокой интенсивности, аэробика низкой интенсивности, фанк-аэробика, сити или стрит-джем, степ-аэробика, слайд аэробика, фитбол, аэробоксинг, Тае-бо, гидроаэробика, фитнес, силовая аэробика, хо-лоренс аэробика, йорг-аэробика. Прикладная аэробика: в спорте, для реабилитации, для рекреации	
2	Практическое занятие № 6. Рассмотреть значение музыкального сопровождения в аэробике. Рассмотреть структуру занятий оздоровительной аэробики. Содержание занятий оздоровительной аэробики. Рассмотреть средства аэробики. Термины, используемые в аэробике. Рассмотреть методики конструирования программ и проведение уроков аэробики. Понятие об интенсивности, объеме и величине нагрузки при выполнении аэробных упражнений. Управление нагрузкой. Рассмотреть методику проведения занятий аэробикой. Рассмотреть методику построения комплекса оздоровительной аэробики для развития основных физических способностей человека.	2
2	Практическое занятие № 7. Рассмотреть особенности методики проведения занятий с дошкольниками, со школьниками, со студентами и пожилыми людьми. Продолжительность урока в зависимости от возраста. Рассмотреть направленность занятий оздоровительной аэробикой в зависимости от поставленных задач	2*
2	Практическое занятие № 8. Рассмотреть понятие сбалансированного питания, правила рационального питания. Жиры, белки и углеводы. Витамины и микроэлементы. Расход энергии при занятиях различными видами физических упражнений. Режим питания. Рассмотреть организацию питания при занятиях оздоровительной аэробикой (цель-снижение толщины жировых складок с повышением силы и выносливости основных мышечных групп, цель-уменьшение мышечной массы и подкожного жира, цель-увеличение объема мышц и сохранение количества подкожного жира, цель-увеличение мышечной и жировой массы). Биологически активные добавки (БАД). Рассмотреть теорию адекватного питания и трофологии.	2
2	Практическое занятие № 9. Рассмотреть особенности методики построения комплекса для лиц, имеющих нарушения слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, психики (особенности подбора средств, методов, методических приёмов). Рассмотреть психолого-педагогические основы проведения занятий с лицами, имеющими ограниченные возможности. Рассмотреть использование методик оздоровительной аэробики в адаптивном физическом воспитании, адаптивной двигательной рекреации.	2*
2	Практическое занятие № 10. Рассмотреть физиологические воздействия фитбола на организм занимающихся. Рассмотреть особенности занятий с использованием фитбол-мяча, показания и противопоказания к занятиям на фитбол-мячах. Подбор мяча. Рассмотреть методику составления оздоровительного комплекса фитбол-аэробики. Рассмотреть методику обучения техники выполнения упражнений на мячах(фитболах). Рассмотреть особенности методики организации и построения занятий фитбол-аэробикой с лицами, имеющими	2

	нарушения зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, психики. Определить роль фитбол-аэробики в адаптивном физическом воспитании, адаптивной двигательной рекреации.	
2	Практическое занятие № 11. Рассмотреть особенности занятий с использованием степ-платформ. Правила степ-тренировки. Рассмотреть методику обучения базовым шагам с использованием степ-платформы. Рассмотреть особенности методики содержания, организации и проведения занятий степ-аэробикой с учетом нозологии. Определить роль степ-аэробики в адаптивном физическом воспитании, адаптивной двигательной рекреации. Показ в зале.	2*
2	Практическое занятие № 12. Рассмотреть разновидности танцевальной аэробики (фанк-аэробика, афро-аэробика, кардио-фанк, самбаэробика, хип-хоп-аэробика, латин-аэробика, джаз-аэробика). Задачи на занятие: Определить роль танцевальной аэробики в адаптивной физической культуре (в адаптивном физическом воспитании, адаптивной двигательной рекреации, в креативных (художественно-музыкальных) телесно-ориентированных практиках. Танцы на инвалидных колясках	2
2	Практическое занятие № 13. Рассмотреть разновидности танцевальной аэробики (фанк-аэробика, афро-аэробика, кардио-фанк, самбаэробика, хип-хоп-аэробика, латин-аэробика, джаз-аэробика). Задачи на занятие: Определить роль танцевальной аэробики в адаптивной физической культуре (в адаптивном физическом воспитании, адаптивной двигательной рекреации, в креативных (художественно-музыкальных) телесно-ориентированных практиках. Танцы на инвалидных колясках	2
2	Практическое занятие № 14. Рассмотреть шейпинг - тестирование. Ознакомиться с компьютерной шейпинг программой: компьютерное моделирование фигуры, характеристика параметров индивидуальной тренировки, рекомендации по обеспечению сбалансированного питания, биологические ритмы, критерии оценки и анализ эффективности занятий, контроль и самоконтроль на занятиях шейпингом. Рассмотреть порядок составления основных упражнений в шейпинге. Задачи на занятие: Рассмотреть особенности организации и содержания шейпинга в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности. Работа в зале.	2
2	Практическое занятие № 15. Рассмотреть комплексы физических упражнений в шейпинге (для мышц ног, для мышц туловища в переднезаднем направлении, для мышц рук, для косых мышц туловища. Рассмотреть особенности подбора упражнений в шейпинге для коррекции телосложения. Задачи на занятие: Рассмотреть особенности организации и содержания шейпинга в работе	2

	с лицами, имеющими ограниченные возможности. Работа в зале.	
2	Практическое занятие № 16. Рассмотреть стрейчинг как самостоятельную систему упражнений. Рассмотреть методы стрейчинга (пассивный статический, активный статический, пассивный динамический, активный динамический, антагонистический, агонистический стретчинг, метод ПНФ (PNF-proprioreceptiveneuromuscularfacilition). Рассмотреть стретчинг как средство достижения релаксации. Задачи на занятие: Рассмотреть методику организации и проведения стретчинга (индивидуального и группового) в адаптивной физической культуре (как ЛФК- для восстановления после заболеваний, травм, повреждений, как средство корригирующей гимнастики). Рассмотреть понятие гибкость, виды гибкости. Рассмотреть принципы и структуру стретч-занятия. Работа в зале.	2
2	Практическое занятие № 17. Рассмотреть стрейчинг как самостоятельную систему упражнений. Рассмотреть методы стрейчинга (пассивный статический, активный статический, пассивный динамический, активный динамический, антагонистический, агонистический стретчинг, метод ПНФ (PNF-proprioreceptiveneuromuscularfacilition). Рассмотреть стретчинг как средство достижения релаксации. Задачи на занятие: Рассмотреть методику организации и проведения стретчинга (индивидуального и группового) в адаптивной физической культуре (как ЛФК- для восстановления после заболеваний, травм, повреждений, как средство корригирующей гимнастики). Рассмотреть понятие гибкость, виды гибкости. Рассмотреть принципы и структуру стретч-занятия. Работа в зале.	2
2	Практическое занятие № 18. Рассмотреть калланетику как метод коррекции проблемных зон в организме человека. Рассмотреть технологию конструирования программы занятий калланетикой. Задачи на занятие: Рассмотреть методику организации и проведения занятий по системе Каллан Пинкни. Обучить дыханию при выполнении упражнений по системе Каллан Пинкни. Рассмотреть место калланетики в адаптивной физической культуре. Рассмотреть противопоказания к занятиям калланетикой.	2
	Практическое занятие № 19. Рассмотреть пилатес как метод коррекции осанки и систему упражнений для оздоровления организма человека. Рассмотреть технологию конструирования программы занятий калланетикой. Задачи на занятие: Рассмотреть методику организации и проведения занятий по системе Джозефа Пилатеса. Обучить дыханию при выполнении упражнений по системе пилатес Рассмотреть место пилатеса в адаптивной физической культуре.	2

	Рассмотреть противопоказания к занятиям пилатесом	
3	Практическое занятие № 20. Рассмотреть место гидрореабилитации в системе профессионального образования. Рассмотреть роль гидрореабилитация лиц после травм и ампутаций, при ДЦП, аутизме, болезни Дауна, олигофрении, эпилепсии, гемипарезе, микроцефалии, гидроцефалии, диабете, сколиозе, ЗПР, ожирении, алкогольной зависимости и наркомании. Рассмотреть преимущества водных занятий во время беременности. Задачи на занятие: Рассмотреть особенности гидрореабилитации детей-инвалидов: новорожденных и грудного возраста. Ознакомить с оборудованием и инвентарем при проведении занятий по гидрореабилитации. Рассмотреть критические ситуации и методика их преодоления при обучении плаванию ребёнка-инвалида. Рассмотреть методику преодоления водобоязни. Рассмотреть особенности организации и проведения игр в воде.	2
3	Практическое занятие № 21. Рассмотреть место гидрореабилитации в системе профессионального образования. Рассмотреть роль гидрореабилитация лиц после травм и ампутаций, при ДЦП, аутизме, болезни Дауна, олигофрении, эпилепсии, гемипарезе, микроцефалии, гидроцефалии, диабете, сколиозе, ЗПР, ожирении, алкогольной зависимости и наркомании. Рассмотреть преимущества водных занятий во время беременности. Задачи на занятие: Рассмотреть особенности гидрореабилитации детей-инвалидов: новорожденных и грудного возраста. Ознакомить с оборудованием и инвентарем при проведении занятий по гидрореабилитации. Рассмотреть критические ситуации и методика их преодоления при обучении плаванию ребёнка-инвалида. Рассмотреть методику преодоления водобоязни. Рассмотреть особенности организации и проведения игр в воде.	2
4	Практическое занятие № 22. Рассмотреть виды игр для детей и взрослых, педагогические группировки и классификации. Рассмотреть характерные особенности игровой деятельности, игрового метода и подвижных игр.	2
4	Практическое занятие № 23. Рассмотреть виды игр для детей и взрослых, педагогические группировки и классификации. Рассмотреть характерные особенности игровой деятельности, игрового метода и подвижных игр.	2
4	Практическое занятие № 24. Рассмотреть нормирование нагрузки в процессе игровой деятельности. Рассмотреть роль педагогического контроля. Рассмотреть основные педагогические требования к проведению игры. Рассмотреть особенности в подготовке, организации и руководстве игрой, используемой в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности. Рассмотреть игры, направленные на установление психологического	2

	контакта.	
4	Практическое занятие № 25. Рассмотреть методику и организацию игр с детьми глухими и слабослышащими. Рассмотреть методику и организацию подвижных игр и речитативно – игровых композиций для детей с нарушением речи. Рассмотреть подвижные игры для детей с поражением опорно-двигательного аппарата (церебральным, спинальным, ампутационным) и с врожденными пороками развития конечностей. Баскетбол на колясках. Рассмотреть методику и организацию подвижных игр с лицами, имеющими нарушения интеллекта. Проигрывание игр.	2*
5	Практическое занятие № 26. Рассмотреть правила игры в мини-футбол. Отличие мини-футбола от футбола. Рассмотреть методику обучения техническим и тактическим приемам. Рассмотреть особенности игры мини-футбол. Игра в мини-футбол.	2
5	Практическое занятие № 27. Баскетбол на колясках. Правила игры. Игровое поле (разметка). Инвентарь для игры. Основные положения игры. Состав команд. Баскетбол на колясках – вид в психологической реабилитации. Обучить игре в баскетбол на колясках.	2
6	Практическое занятие № 28. Рассмотреть профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности с использованием спецоборудования инвентаря Рассмотреть профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности, моделирующие ограничения движений. Рассмотреть профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности, проводимые совместно со спортсменами-инвалидами.	2
6	Практическое занятие № 29. Рассмотреть техническую, физическую, тактическую, теоретическую и психологическую подготовку студентов в видах адаптивного спорта, разработанных специально для спортсменов-инвалидов: в катании на роликовых коньках (для лиц с поражением интеллекта), в бочча (для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата) и др.	2*
6	Практическое занятие № 30. Оценить техническую, тактическую и теоретическую подготовку будущих специалистов путем участия в спортивной и учебно-тренировочной деятельности совместно со спортсменами-инвалидами (в качестве партнеров или соперников в спаррингах). Оценить физическую и психологическую подготовку будущих специалистов путем участия в спортивной и учебно-тренировочной деятельности совместно со спортсменами-инвалидами (в качестве партнеров или соперников в спаррингах).	2
6	Практическое занятие № 31. Рассмотреть программу “объединенный спорт” в Специальном Олимпийском движении и участие в ней студентов (особенно младших курсов), обучающихся по специальности адаптивная физическая культура. Участие студентов в спортивной и учебно-тренировочной деятельности совместно со спортсменами-инвалидами в видах адаптивного спорта	2*

	паралимпийского, сурдлимпийского и Специального Олимпийского движений (в зависимости от особенностей постановки адаптивного спорта в конкретном регионе).	
6	Практическое занятие № 32. Рассмотреть возможности отработки профессионально важных качеств будущих специалистов по адаптивной физической культуре, необходимых в видах адаптивного спорта различных направлений: паралимпийского (радиальный баскетбол в колясках, сидя), сурдлимпийского (радиальный баскетбол с использованием наушников), Специального Олимпийского (объединенный спорт в радиальном баскетболе), с помощью новой игры – радиальный баскетбол (питербаскет). Рассмотреть техническую, физическую, тактическую, теоретическую и психологическую подготовку студентов в видах адаптивного спорта, разработанных специально для спортсменов-инвалидов: в радиальном баскетболе (питербаскете)	2
7	Практическое занятие № 33. Рассмотреть роль природных факторов в восстановлении нарушенных процессов в организме человека. Рассмотреть методику организации туристических походов с лицами, имеющими поражения опорно-двигательного аппарата. Задачи на занятие: Рассмотреть особенности организации реабилитационного туризма. Рассмотреть противопоказания для участия в туристических мероприятиях. Рассмотреть роль спортивных походов при заболеваниях органов слуха и речи; органов зрения; нервной системы; психики	2
7	Практическое занятие № 34. Гигиена, профилактика, техника безопасности в туризме для пожилых людей и инвалидов. Тактика передвижения группы с ограниченными возможностями на спортивном маршруте. Противопоказания для участия в туристских мероприятиях.	2

<u>ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 6 СЕМЕСТР</u>

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
8	Лекция № 1. Понятие формы и ритма в природе. Структура занятия по методу формокоррекционной ритмопластики. Цель и задачи метода. Составляющие компоненты метода (медитативная гимнастика и лепка). Основные аспекты авторского метода: энергетический; экстереоризации; самоутверждения; самосовершенствования. Технология реализации метода. Структура программы “Отражение”. Планирование занятий. Использование формокоррекционной ритмопластики в АФК	2
8	Лекция № 2. Дыхательные гимнастики, используемые в АФК. Методика обучения рациональному дыханию. Трехфазное дыхание. Рыдающее дыхание. Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой.	2

	Метод «волевой ликвидации глубокого дыхания» К.П. Бутейко	
8	Лекция № 3. Коррекция близорукости (миопии) по методикам Бейтса, М.Корбет. Гимнастика для глаз Э.С.Аветисова. Хатха-йога для глаз. Специальные релаксационные упражнения по методике Г.Г.Демирчогляна. Гимнастические упражнения для глаз по Е.Е.Сомову. “Волшебные” игры для глаз по методике И.Смирнова и С.Фатеева.	2
8	Лекция № 4. Клинические формы травматического повреждения спинного мозга. Методика организации процесса самореабилитации в домашних условиях по Ю.Г.Михайловой. Классификация и характеристика двигательных режимов: щадящий; тонизирующий; восстановительный; тренирующий. Компоненты методики: Дыхательная гимнастика; лечение положением; пассивные и рефлекторные движения; массаж; ортостатическая гипоксия; мимическая гимнастика; закаливающие процедуры; упражнения для здоровых мышечных групп; упражнения здоровых и паретичных мышц, с преобладающей работой здоровых мышц; гипоксическая тренировка.	2
8	Лекция № 5. Структура комплекса психогимнастики. Содержание курса психогимнастики (20 занятий). Основные понятия, связанные с переживаниями основных эмоций. Представления, оценивающие личностные качества человека. Психогимнастические упражнения. Музыкальное оформление занятий. Организация и методика проведения тренингов по психогимнастики с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов.	2
8	Лекция № 6. Иппотерапия как метод реабилитации и социальной адаптации. Показания и противопоказания к использованию лечебной верховой езды. Применение иппотерапии для детей с диагнозами детский церебральный паралич (ДЦП) и аутизм. Методика организации и проведения занятий по лечебной верховой езде. Особенности организации соревнований по выездке среди инвалидов. Программа Паралимпийского конного спорта.	2
8	Лекция №7. Динамические – физические движения всех частей тела и статические – медитационно – дыхательные упражнения. Даосские целительные звуки в работе с лицами, имеющими нарушения слуха и речи. Комплекс основных упражнений оздоровительного цигуна. Самомассаж в системе цигун.	2
8	Лекция №8. Содержание ЛРП. Цели и задачи. Биоэнергетическая система человека. ПФУ как средство для био-и психофизической коррекции организма человека. Основные лечебные и профилактические позы (асаны). Основные элементы индийского танца, применяемые в ЛРП. Понятие “мудры”, и “хасты”. Связь “чакры – хасты”. Возможности их применения в лечебных, профилактических и психорегуляционных целях. ЛРП, как средство психорегуляции	2
8	Лекция №9. Авторские оздоровительные системы начала XX века. (М. Норбекова и	2

	др.)	
8	Лекция №10. АПГ как новое направление массовой оздоровительной физической культуры. Принципы АПГ (иерархии, непрерывности и самосовершенствования). Основы знаний АПГ, элементы АПГ, комплекс АПГ: разминка, фронтальное перемещение, боковое перемещение, круговое перемещение, свободное перемещение, суставной массаж и упражнения на растягивание, танцевальные шаги, бег. Использование АПГ в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности (применительно к конкретной нозологии).	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание семинарских занятий	Кол-во часов
8	Практическое занятие № 1. Рассмотреть структуру комплекса психогимнастики. Содержание курса психогимнастики (20 занятий). Рассмотреть основные понятия, связанные с переживаниями основных эмоций. Представления, оценивающие личностные качества человека. Обучить Психогимнастическим упражнениям. Музыкальное оформление занятий. Рассмотреть организацию и методику проведения тренингов по психогимнастики с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов. Провести занятие по психогимнастики. Написать конспекта урока.	2
8	Практическое занятие № 2. Параклаймбинг - занятия адаптивным скалолазанием для детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов. Рассмотреть данный вид занятий. Цели, задачи, подходы параклаймбинга. На кого ориентированы тренировки. Провести фрагмент занятия.	2
8	Практическое занятие № 3. Рассмотреть понятия “пластика”, “пластичность”. Рассмотреть понятие двигательная пластика педагога. Рассмотреть двигательную пластику как метабиомеханическое качество двигательного действия. Рассмотреть психологические и биомеханические основы пластичного двигательного действия. Задачи на занятие: Рассмотреть методику и технику двигательно-пластической подготовки: “пантомимические шаги”, “классические шаги”, позиции рук в классической хореографии, система упражнений с волновой техникой. Рассмотреть пантомические техники. Рассмотреть применение двигательной пластики в адаптивном физическом воспитании и адаптивной двигательной рекреации. Провести фрагмент занятия.	2
8	Практическое занятие № 4. Рассмотреть танцевально-экспресивный тренинг как телесно-ориентированную практику. Рассмотреть существующие теории танца (биологические, психологические, социокультурные). Рассмотреть положения, цели и задачи танцевально-экспресивного тренинга и его отличия от других теорий танца.	2

	Рассмотреть виды танца в истории человечества. Рассмотреть основные методические приемы и техники танцевальной терапии: спортивный танец, круговой групповой танец, аутентическое движения, ритмическая групповая активность, кинестетическая эмпатия, экспериментирование с движением и прикосновением, техника работы с “мышечным панцерем”, целенаправленный выбор темы танцевальных упражнений – “добро”, “любовь”, “зло”, "счастье”. Рассмотреть программу танцевально-эксперессивного тренинга. Рассмотреть танцевальную игру как одна из частей танцевальной терапии. Рассмотреть танцы на колясках для людей с нарушением опорно-двигательного аппарата.	
8	Практическое занятие № 5. Рассмотреть сущность хатха-йоги. Рассмотреть методы физической культуры йогов, правила при занятиях хатха йоги, расслабление, дыхание и прана. Рассмотреть упражнения для формирования воображения. Рассмотреть пять видов жизненной энергии. Задачи на занятие: Рассмотреть гимнастические упражнения системы хатха-йоги. Рассмотреть гармонизирующие комплексы хатха – йоги для детей и взрослых. Асаны. Рассмотреть терапевтические эффекты асан. Провести фрагмент занятия.	2
8	Практическое занятие № 6. Рассмотреть программу “Бодифлекс”. Провести фрагмент занятия.	2
8	Практическое занятие № 7. Разбор и поиск зон соответствия. Рассмотреть теорию восьми осей отражения. Разбор клинических примеров. Обучить методике нахождения точек. Рассмотреть способы воздействия на точки и зоны соответствия. Рассмотреть методика воздействия: ручное, семянотерапия, увеличение, физические упражнения. Показ методики. Провести фрагмент занятия.	2
8	Практическое занятие № 8. Рассмотреть методы регуляции психических состояний; гетерогенные методы воздействия (извне, кем-то); аутогенные методы (методы саморегуляции). Рассмотреть ментальный тренинг как метод психической тренировки. Рассмотреть роль ментальный тренинг в теории спорта. Рассмотреть планирование ментальной тренировки. Рассмотреть особенности составления программы ментального тренинга и постановка цели. Рассмотреть программу самостоятельного психотренинга по методике проф. Ларса-Эрика Унесталя. Рассмотреть основы базисного психотренинга; саморазвитие личностных качеств; спортивный психотренинг; психотренинг при подготовке к соревнованию. Рассмотреть области применения ментального тренинга в АФК. Провести фрагмент занятия.	2
8	Практическое занятие № 9. Рассмотреть АПГ как новое направление массовой оздоровительной	2

	физической культуры. Рассмотреть принципы АПГ (иерархии, непрерывности и самосовершенствования). Рассмотреть основы знаний АПГ, элементы АПГ, комплекс АПГ: разминка, фронтальное перемещение, боковое перемещение, круговое перемещение, свободное перемещение, суставной массаж и упражнения на растягивание, танцевальные шаги, бег. Задачи на занятие: Рассмотреть использование АПГ в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности (применительно к конкретной нозологии). Провести фрагмент занятия.	
8	Практическое занятие № 10. Динамические – физические движения всех частей тела и статические – медитационно – дыхательные упражнения. Даосские целительные звуки в работе с лицами, имеющими нарушения слуха и речи. Комплекс основных упражнений оздоровительного цигуна. Самомассаж в системе цигун. Задачи на занятие: Провести фрагмент занятия.	2
8	Практическое занятие № 11. Рассмотреть дыхательные гимнастики, используемые в АФК. Рассмотреть методику обучения рациональному дыханию. Обучить трехфазному дыханию. Обучить методике рыдающего дыхания. Рассмотреть практическое использования рыдающего дыхания. Рассмотреть дыхательную гимнастику А.Н. Стрельниковой. Рассмотреть основной комплекс парадоксальной дыхательной гимнастики. Рассмотреть методику обучения стрельниковской дыхательной гимнастике. Рассмотреть клинические примеры использования парадоксальной гимнастики. Провести фрагмент занятия.	2
8	Практическое занятие № 12. Рассмотреть коррекцию близорукости (миопии) по методикам Бейтса, М. Корбет. Обучить методике выполнения упражнения “пальминг”. Обучить методике выполнения программы “соляризация”. Рассмотреть гимнастику для глаз Э.С.Аветисова. Рассмотреть роль хатха-иога для глаз. Обучить специальным релаксационным упражнениям по методике Г.Г. Демирчогляна. Обучить гимнастическим упражнениям для глаз по Е.Е. Сомову. Рассмотреть “Волшебные” игры для глаз по методике И.Смирнова и С. Фатеева. Провести фрагмент занятия. Написать конспект.	2
8	Практическое занятие № 13. Рассмотреть классификацию клинических форм травматического повреждения спинного мозга. Рассмотреть методику организации процесса самореабилитации в домашних условиях по Ю.Г. Михайловой. Рассмотреть классификацию и характеристику двигательных режимов:	2

	щадящий; тонизирующий; восстановительный; тренирующий. Рассмотреть задачи режимов. Рассмотреть компоненты методики: Дыхательная гимнастика; лечение положением; пассивные и рефлекторные движения; массаж; ортостатическая гипоксия; мимическая гимнастика; закаливающие процедуры; упражнения для здоровых мышечных групп; упражнения здоровых и паретичных мышц, с преобладающей работой здоровых мышц; гипоксическая тренировка.	
8	Практическое занятие № 14. Рассмотреть понятие формы и ритма в природе. Рассмотреть структуру занятия по методу формокоррекционной ритмопластики. Рассмотреть цель и задачи метода. Рассмотреть составляющие компоненты метода (медитативная гимнастика и лепка). Рассмотреть основные аспекты авторского метода: энергетический; экстереоризации; самоутверждения; самосовершенствования. Задачи на занятие: Рассмотреть использование формокоррекционной ритмопластики в АФК. Провести фрагмент занятия	2
8	Практическое занятие № 15. Рассмотреть технология реализации метода формокоррекционной ритмопластики. Рассмотреть структуру программы “Отражение”. Рассмотреть особенности планирования занятий. Задачи на занятие: Рассмотреть использование программы “Отражение” в АФК. Провести фрагмент занятия	2
8	Практическое занятие № 16. Анималотерапия в адаптивной физической культуре. Рассмотреть анималотерапию – как оздоровительную технологию и возможности ее применения в адаптивной физической культуре. Рассмотреть историю возникновения анималотерапии в России и за рубежом. Рассмотреть основные виды анимлотерапии (иппотрапия, канистерапия, дельфинотерапия, филинотерапия) и возможности их применения с различными нозологическими группами в адаптивной физической культуре.	2
8	Практическое занятие № 17. Рассмотреть иппотерапию как метод реабилитации и социальной адаптации. Рассмотреть показания и противопоказания к использованию лечебной верховой езды. Рассмотреть применение иппотерапии для детей с диагнозами детский церебральный паралич (ДЦП) и аутизм. Рассмотреть методику организации и проведения занятий по лечебной верховой езде. Рассмотреть особенности организации соревнований по выездке среди инвалидов. Рассмотреть программу Паралимпийского конного спорта.	2

<u>ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 6 СЕМЕСТР</u>

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция №1.	2

	Технологии физкультурно-спортивной деятельности в профессиональной подготовке специалиста по адаптивной физической культуре. Место курса, цель курса, задачи. Технологии физкультурно-спортивной деятельности- как интегрированная дисциплина. Возникновение и развитие дисциплины. Предмет исследования технологий физкультурно-спортивной деятельности. Средства, методы, и методические приемы. Основные разделы дисциплины. Классификация технологий в зависимости от нозологических признаков (лица с нарушениями сенсорных систем, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, речи, сенсорных систем, психики). Особенности использования технологий физкультурно-спортивной деятельности в зависимости от нозологии. Классификация технологий в зависимости от применяемых средств	
2	Лекция №2. Особенности методики построения комплекса для лиц, имеющих нарушения слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, психики (особенности подбора средств, методов, методических приёмов). Психолого-педагогические основы проведения занятий с лицами, имеющими ограниченные возможности. Использование методик оздоровительной аэробики в адаптивном физическом воспитании, адаптивной двигательной рекреации.	2
3	Лекция №3. Место гидрореабилитации в системе профессионального образования. Гидрореабилитация лиц после травм и ампутаций, при ДЦП, аутизме, болезни Дауна, олигофрении, эпилепсии, гемипарезе, микроцефалии, гидроцефалии, диабете, сколиозе, ЗПР, ожирении, алкогольной зависимости и наркомании. Преимущества водных занятий во время беременности. Гидрореабилитация детей-инвалидов: новорожденных и грудного возраста. Оборудование и инвентарь при проведении занятий по гидрореабилитации. Критические ситуации и методика их преодоления при обучении плаванию ребёнка-инвалида. Методика преодоления водобоязни. Особенности организации и проведения игр в воде.	2
4	Лекция №4. Основные концепции игры. Биологические, психологические и педагогические аспекты игры. Виды игр для детей и взрослых, педагогические группировки и классификации. Характерные особенности игровой деятельности, игрового метода и подвижных игр. Постановке цели и определению задач, решаемых в процессе игры. Нормирование нагрузки в процессе игровой деятельности. Роль педагогического контроля. Основные педагогические требования к проведению игры. Особенности в подготовке, организации и руководстве игрой, используемой в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности.	2

	Игры, направленные на установление психологического контакта.	
6	Лекция №5. Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности как виды деятельности, позволяющие формировать у будущих специалистов по адаптивной физической культуре ощущения, восприятия, представления, возникающие у спортсменов-инвалидов в процессе занятий различными видами адаптивного спорта; осваивать студентам знания, умения, навыки, развивать и совершенствовать у них физические качества и способности, характерные для того или иного вида адаптивного спорта, а также приобретать опыт эмоционально-ценностного отношения и творческой деятельности в сфере будущей профессии. Классификация профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности в зависимости от способов включения студентов в занятия тем или иным видом адаптивного спорта: 1) использование специального оборудования и инвентаря в видах адаптивного спорта, разработанных для спортсменов-инвалидов; 2) моделирование тех или иных ограничений двигательной деятельности, обусловленных конкретной патологией (или сочетанием патологий); 3) участие в спортивной и учебно-тренировочной деятельности совместно со спортсменами-инвалидами. Систематизация профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности в рамках основных направлений адаптивного спорта: паралимпийском, сурдлимпийском, Специальном Олимпийском. Профессионально-ориентированные виды спортивной деятельности в программе Всероссийских Универсиад для студентов, обучающихся по специальности адаптивная физическая культура.	2
7	Лекция № 6 Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями здоровья. Организация туристских походов с учетом нозологии. Детский церебральный паралич и туризм. Противопоказания для участия в туристских мероприятиях.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание семинарских занятий	Кол-во часов
1	Практическое занятие №1. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в профессиональной подготовке специалиста по адаптивной физической культуре. Место курса, цель курса, задачи. Технологии физкультурно-спортивной деятельности- как интегрированная дисциплина. Возникновение и развитие дисциплины. Предмет исследования технологий физкультурно-спортивной деятельности. Средства, методы, и методические приемы. Основные разделы дисциплины.	2
1	Практическое занятие №2. Классификация технологий в зависимости от нозологических признаков (лица с нарушениями сенсорных систем, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, речи, сенсорных систем, психики). Особенности использования технологий физкультурно-спортивной деятельности в зависимости от нозологии.	2

	Классификация технологий в зависимости от применяемых средств.	
2	Практическое занятие №3. Оздоровительные виды гимнастики (лечебная гимнастика, ритмическая гимнастика: классическая аэробика, танцевальная, аэробика с использованием предметов и приспособлений, стрейчинг, калланетика, шейпинг, восточные оздоровительные системы гимнастики; атлетическая гимнастика) Особенности применения оздоровительных видов гимнастики (лечебная гимнастика, ритмическая гимнастика: классическая аэробика, танцевальная, аэробика с использованием предметов и приспособлений, стрейчинг, калланетика, шейпинг, восточные оздоровительные системы гимнастики; атлетическая гимнастика) в адаптивной физической культуре.	2
3	Практическое занятие №4. Рассмотреть место гидрореабилитации в системе профессионального образования. Рассмотреть роль гидрореабилитация лиц после травм и ампутаций, при ДЦП, аутизме, болезни Дауна, олигофрении, эпилепсии, гемипарезе, микроцефалии, гидроцефалии, диабете, сколиозе, ЗПР, ожирении, алкогольной зависимости и наркомании. Рассмотреть преимущества водных занятий во время беременности.	2
4	Практическое занятие №5. Рассмотреть виды игр для детей и взрослых, педагогические группировки и классификации. Рассмотреть характерные особенности игровой деятельности, игрового метода и подвижных игр. Рассмотреть нормирование нагрузки в процессе игровой деятельности. Рассмотреть роль педагогического контроля. Рассмотреть основные педагогические требования к проведению игры. Рассмотреть особенности в подготовке, организации и руководстве игрой, используемой в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности. Рассмотреть игры, направленные на установление психологического контакта.	2
5	Практическое занятие №6. Питербаскет - новая модификация баскетбола. Правила игры. Игровое поле (разметка). Инвентарь для игры в питербаскет. Основные положения игры. Состав команд.	2
6	Практическое занятие №7. Рассмотреть техническую, физическую, тактическую, теоретическую и психологическую подготовку студентов в видах адаптивного спорта, разработанных специально для спортсменов-инвалидов: голболе и торболе, в биатлоне (для незрячих), в хоккее на полу.	2
7	Практическое занятие №8 Туризм в адаптивной физической культуре.	2

<u>ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 7 СЕМЕСТР</u>

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
8	Лекция №1 Понятие формы и ритма в природе. Структура занятия по методу формокоррекционной ритмопластики. Цель и задачи метода. Составляющие компоненты метода (медитативная гимнастика и лепка). Основные аспекты авторского метода: энергетический; экстереоризации; самоутверждения; самосовершенствования. Технология реализации метода.	2

	Структура программы “Отражение”. Планирование занятий. Использование формокоррекционной ритмопластики в АФК	
8	Лекция №2 Содержание ЛРП. Цели и задачи. Биоэнергетическая система человека. ПФУ как средство для био-и психофизической коррекции организма человека. Основные лечебные и профилактические позы (асаны). Основные элементы индийского танца, применяемые в ЛРП. Понятие “мудры”, и “хасты”. Связь “чакры – хасты”. Возможности их применения в лечебных, профилактических и психорегуляционных целях. ЛРП, как средство психорегуляции.	2
8	Лекция №3 Иппотерапия как метод реабилитации и социальной адаптации. Показания и противопоказания к использованию лечебной верховой езды. Применение иппотерапии для детей с диагнозами детский церебральный паралич (ДЦП) и аутизм. Методика организации и проведения занятий по лечебной верховой езде. Особенности организации соревнований по выездке среди инвалидов. Программа Паралимпийского конного спорта.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание семинарских занятий	Кол-во часов
8	Практическое занятие №1. Динамические – физические движения всех частей тела и статические – медитационно – дыхательные упражнения. Даосские целительные звуки в работе с лицами, имеющими нарушения слуха и речи. Комплекс основных упражнений оздоровительного цигуна. Самомассаж в системе цигун.	2
8	Практическое занятие №2. Рассмотреть АПГ как новое направление массовой оздоровительной физической культуры. Рассмотреть принципы АПГ (иерархии, непрерывности и самосовершенствования). Рассмотреть основы знаний АПГ, элементы АПГ, комплекс АПГ: разминка, фронтальное перемещение, боковое перемещение, круговое перемещение, свободное перемещение, суставной массаж и упражнения на растягивание, танцевальные шаги, бег. Задачи на занятие: Рассмотреть использование АПГ в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности (применительно к конкретной нозологии). Провести фрагмент занятия.	2
8	Практическое занятие №3. Рассмотреть технологию реализации метода формокоррекционной ритмопластики. Рассмотреть структуру программы “Отражение”. Рассмотреть особенности планирования занятий. Задачи на занятие: Рассмотреть использование программы “Отражение” в АФК. Провести фрагмент занятия	2
8	Практическое занятие № 4.	2

	Анималотерапия в адаптивной физической культуре. Рассмотреть анималотерапию – как оздоровитеьную технологию и возможности ее применения в адаптивной физической культуре. Рассмотреть историю возникновения анималотерапии в России и за рубежом. Рассмотреть основные виды анимлотерапии (иппотрапия, канистерапия, дельфинотерапия, филинотерапия) и возможности их применения с различными нозологическими группами в адаптивной физической культуре.	

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т. Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 285 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08305-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514694
2. Ивченко, Е.В. Технологии физкультурно-оздоровительной деятельности в плавании : учебное пособие / Е.В. Ивченко, Р.В. Кууз, Е.А. Ивченко. - СПб. : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2019. – 212 с. : ил., табл. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Мосунов, Д.Ф. Технологии гидрореабилитации : учебное пособие / Д.Ф. Мосунов, Д.В. Григорьева, М.Д. Мосунова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. – 103 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514550
5. 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, 2023. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514910
6. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/519540

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Артамонова, Л.Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учебное пособие / Л.Л. Артамонова, О.П. Панфилов, В.В. Борисова; под общ ред. О. П. Панфилова. - Москва : ВЛАДОС, 2014. - 389 с.
2. Григорьева, Д.В. Технологии гидрореабилитации : учебное пособие / Д.В. Григорьева, М.Д. Мосунова, Д.Ф. Мосунов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 243 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Дивинская, А. Е. Технологии физкультурно-спортивной деятельности адаптивной физической культуре. Курс лекций / А. Е. Дивинская. — Волгоград : ВГАФК, 2016. — 77 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/158062 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Жуков, Ю.Ю. Технологии адаптивной физической культуры в работе с лицами с сенсорными нарушениями (для слепых и слабовидящих) : учебное пособие / Ю.Ю. Жуков. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 182 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Инновационные технологии адаптивной физической культуры, физической культуры и спорта в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-

Петербург ; под общ. ред. С. П. Евсеева. - [3-е изд., испр. и доп.]. - Санкт-Петербург : [Галлея принт], 2013. - 274, [1] с. : ил.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова. - СПб. : [б. и.], 2014. – 204 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Платонова, Т.В. Физкультурно-оздоровительные технологии: технологии организации физкультурно-оздоровительной деятельности и ЗОЖ среди населения : учебное пособие / Т.В. Платонова, Ю.А. Скачков, В.Г. Чванов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 101 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / [авт.-сост.: О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев] ; под общ. ред. С. П. Евсеева. — Москва : Спорт, 2016. — 384 с. : ил.
9. Физкультурно-оздоровительная деятельность: технологии здорового образа жизни : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Т.В. Платонова, Ю.А. Скачков, В.Г. Чванов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. -180 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

При изучении дисциплины обучающимся предоставляются:

1. Мультимедийное сопровождение лекций.
2. Видеофильм “Физическая культура и спорт для инвалидов с нарушениями опорно-двигательного аппарата” - 45 мин.
3. Видеофильм “Танцы и художественная гимнастика в колясках” - 1ч.10 мин.
4. Видеофильмы о Специальном Олимпийском движении в России и Санкт-Петербурге - Всего на 3 часа 50 минут.
5. Видеофильм “Х1Паралимпийские игры в Сиднее (Австралия, 2000)” - 1 час.20 мин.
6. Видеофильм "Паралимпийские игры в Пекине (Китай, 2008)" – 45 минут.
7. Видеофильм «Паралимпийские зимние игры в Сочи (Россия, 2014)» - 1,15 минут.
8. Информационный фонд библиотек.
9. Интернет-ресурс.
10. Компьютерная внутривузовская сеть.
11. Оборудование аудитории для мультимедийного сопровождения занятий.
12. Аудио-видеоаппаратура.
13. Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляется адаптированная рабочая программа дисциплины с учетом потребностей нозологических групп. Для освоения дисциплиныобучающимися с ограниченными возможностями здоровья обеспечены следующие специальные условия:

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья **по зрению:**
- Предоставляетсяальтернативная версия официального сайта в сети «Интернет» для слабовидящих. www.lesgaft.spb.ru.
- В доступных для обучающихся (слепых и слабовидящих), местах и в адаптированной форме размещается информация.
- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья **по слуху:**
- Предоставляется мультимедийное сопровождение учебной дисциплины в виде презентаций с использованием программы POWER POINT и других.
- По обращению студентов предоставляются услуги переводчика жестового языка.
- При изучении дисциплины предоставляется возможность пользоваться в аудитории слуховыми аппаратами.

-Для студентов с ограниченными возможностями здоровья, имеющих **нарушения опорно-двигательного аппарата:**

- Обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения, в котором преподается дисциплина.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра физической реабилитации

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Физическая реабилитация лиц разных возрастных групп

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы магистратуры по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«28» июня 2022 г., протокол № 19

Зав. кафедрой _____ **Шевцов А.В.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Шевцов А.В., заведующий кафедрой физической реабилитации, д-р биол. наук, профессор
Киргетова Н.А., преподаватель кафедры физической реабилитации

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе по очной форме обучения, на 3 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***экзамен.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
	Профессиональные компетенции
Реабилитация (восстановление)	ОПК-8. Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-8.	ОПК-8.1. Знает: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. ОПК-8.2. Умеет: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах	Знания: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. Умения: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в

	возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием. ОПК-8.3. Имеет опыт: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.	рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием. Навыки: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании..

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**84**					**36**	48		
В том числе:										
Занятия лекционного типа		38					16	22		
Занятия практического типа		46					20	26		
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой, экзамен)		24					6	18		
Самостоятельная работа студента		108					66	42		
Общая трудоемкость	**часы**	**216**					**108**	108		
	зачетные единицы	**6**					**3**	3		

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**20**					**10**	10			
В том числе:											
Занятия лекционного типа		8					4	4			
Занятия практического типа		12					6	6			
Промежуточная аттестация (экзамен)		13					4	9			
Самостоятельная работа студента		183					94	89			
в том числе: выполнение контрольной работы		20						20			
Общая трудоемкость	**часы**	**216**					**108**	**108**			
	зачетные единицы	**6**					**3**	**3**			

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Физическая реабилитация как лечебно-педагогический процесс	Исторические аспекты рассмотрения физической реабилитации как лечебно-педагогического процесса. Педагогические основы физической реабилитации в трудах отечественных и зарубежных ученых. Основные средства и методы педагогического воздействия в физической реабилитации. Значение понимания человека как биосистемы и как личности для процесса физической реабилитации. Средства и методы педагогического психологического воздействия в физической реабилитации. Применение современных методов физической реабилитации для лиц различных возрастных групп. Применение тренажеров в физической реабилитации на современном этапе развития общества. Общие физиологические закономерности роста и развития организма человека как основа процесса физической реабилитации. Влияние наследственности и окружающей среды на процесс физической реабилитации. Оптимизация состояния пациента путем использования факторов окружающей среды.	Знания: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. Умения: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием. Навыки: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании..
2.	Физическая реабилитация детей раннего, дошкольного и школьного возраста.	Трудности построения занятия по физической реабилитации с детьми дошкольного возраста. Механизмов пластичности различных систем организма детей дошкольного возраста. Значение формирования позитивного общения с ребенком	Знания: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы

		и его положительного настроя на процесс занятий физической реабилитацией. Значение вовлечения ближайшего окружения ребенка в процесс проведения занятий по физической реабилитации. Особенности построения занятия по физической реабилитации с детьми школьного возраста. Психолого-педагогические приемы в работе специалиста по физической реабилитации с детьми школьного возраста. Роль семьи в процессе физической реабилитации детей школьного возраста.	биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. Умения: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием. Навыки: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании..
3.	Физическая реабилитация взрослых.	Трудности и алгоритмы построения цикла занятий по физической реабилитации с лицами зрелого, пожилого и старческого возраста. Учет возрастных особенностей организма, режима труда и отдыха в процессе физической реабилитации лиц зрелого возраста. Учет физиологических особенностей адаптации лиц зрелого, пожилого и старческого возраста к физическим нагрузкам.	Знания: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. Умения: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных

			особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием. Навыки: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании..
4.	Нормирование и контроль нагрузки в процессе физической реабилитации лиц разных возрастных групп.	Учет физической подготовленности в процессе физической реабилитации лиц разных возрастных групп. Механизмы лечебного и педагогического воздействия средств адаптивной физической культуры на организм занимающихся. Приемы управления процессом повышения физических нагрузок в процессе физической реабилитации лиц разных возрастных групп. Приемы управления процессом повышения психических нагрузок в процессе физической реабилитации лиц разных возрастных групп. Виды и методы педагогического контроля за нагрузкой в процессе физической реабилитации лиц разных возрастных групп. Физиолого-педагогический контроль нагрузок в процессе занятия по физической реабилитации лиц разных возрастных групп.	Знания: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. Умения: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием. Навыки: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в

			зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании..
5.	Оптимизация образа жизни лиц разных возрастных групп в процессе физической реабилитации	Пути оптимизации образа жизни лиц разных возрастных групп. Способы пропаганды здорового образа жизни для повышения результатов физической реабилитации лиц разного возраста. Методы индивидуального и семейного консультирования по вопросам проведения занятий по физической реабилитации. Проведение мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта. Особенности взаимодействия лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды. Способы самостоятельного повышения общей физической активности занимающихся с учетом возрастных особенностей. Обучение занимающихся самостоятельному применению физических упражнений, отдельных техник массажа, естественных и переформированных природных факторов. Обучение занимающихся самостоятельному применению технических средств реабилитации. Педагогические ситуации, направленные на развитие у занимающихся навыков гигиены и самоконтроля. Обучение соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью закрепления результатов реабилитации. Учет взаимовлияния проявлений различных заболеваний в процессе физической реабилитации лиц разных возрастных групп. Основы первичной, вторичной и третичной профилактики в процессе физической реабилитации.	Знания: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. Умения: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием. Навыки: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании..

		Пути профилактики возникновения осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, возникших в результате физической реабилитации. Оценка степени риска нарушений адаптации реабилитанта. Возможности и способы применения педагогических средств, методов и методических приемов с целью улучшения функционального состояния организма реабилитанта.	
6.	Формирование мотивации к регулярным занятиям физической реабилитацией у лиц разных возрастных групп	Факторы, оказывающие влияние на формирование мотивации к регулярным занятиям физической реабилитацией у лиц различных возрастных групп. Пути формирования у занимающихся устойчивого интереса к систематическим занятиям адаптивной физической культурой. Развитие у занимающихся навыков самостоятельного передвижения (в том числе с помощью технических средств реабилитации инвалидов) и бытового самообслуживания. Сопровождение реабилитанта после завершения индивидуального маршрута реабилитации. Современные средства мобильной коммуникации в процессе контроля и самоконтроля за результатами физической реабилитации. Средства и методы формирования мотивации к регулярным занятиям физической реабилитацией у детей школьного возраста. Способы вовлечения ближайшего окружения ребенка в процесс занятий физической реабилитацией с детьми дошкольного и школьного возраста. Средства и методы формирования мотивации к регулярным занятиям физической реабилитацией у лиц зрелого, пожилого и старческого возраста.	Знания: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. Умения: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием. Навыки: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании..

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА (5семестр)

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Исторические предпосылки рассмотрения физической реабилитации как лечебно-педагогического процесса. Краткое содержание: Физическая реабилитация как лечебно-педагогический процесс. Исторические аспекты. Педагогические основы физической реабилитации в трудах отечественных и зарубежных ученых. Эволюция рассмотрения лечебного процесса как комплексного, требующего привлечения знаний и опыта различных смежных дисциплин. Проблема возникновения узких направлений подготовки специалистов в сфере медицины, педагогики, социальной работы, возникшая в середине 20 века. Трудности обмена опытом и пути их преодоления.	2
	Лекция № 2. Педагогические основы физической реабилитации. Краткое содержание: Понятие процесса применения физических упражнений как педагогического, требующего специальной подготовки. Основные средства и методы педагогического воздействия в физической реабилитации. Клинические примеры работы с занимающимися, требующими различного методического подхода при одинаковом содержании занятий Классификация средств физической реабилитации. Формы проведения занятий по физической реабилитации. Педагогические подходы П.Ф.Лесгафта, К.К.Грота, Г.И.Турнера, В.П.Кащенко и других основоположников лечебно-педагогического подхода в процессе реабилитации детей.	2
	Лекция № 3. Организм человека как биосистема. Краткое содержание: Значение понимания человека как биосистемы для процесса физической реабилитации. Основы учета взаимосвязи и взаимовлияния систем организма друг на друга в процессе физической реабилитации. Научные основы понимания организма как единого целого в трудах П.Ф.Лесгафта, П.К.Анохина, Н.А.Бернштейна, А.Р.Лурии, П.Я.Гальперина и других отечественных ученых. Использование механизмов срочной и долговременной адаптации к физическим и психическим нагрузкам. Динамика состояния организма. Роль эмоций в процессе физической реабилитации. Понятие о психоастенизации. Понятие о психической и физической работоспособности при проведении занятий с лицами разного возраста и нозологической группы.	2
	Лекция № 4. Человек как личность. Краткое содержание: Значение понимание человека как личности для процесса физической реабилитации. Психология личности как базисная основа индивидуализации процесса физической реабилитации и фундамент ее эффективности. Значение учета явных и скрытых проявлений эмоциональной, чувственной, интеллектуальной сфер личности. Значение принятия личностью новых социальных ролей. Средства и методы психологического и психокоррекционного воздействия в физической реабилитации в зависимости от возраста и пола занимающихся, их социального статуса, профессии.	2
	Лекция № 5. Современные методы физической реабилитации. Краткое содержание: Применение современных методов физической реабилитации для лиц различных возрастных групп: ЛФК, эрготерапия, робототехническая реабилитация, физиотерапевтическое лечение, мягкотканная мануальная	2

	терапия, нейропсихологическая, психотерапевтическая, медикаментозная реабилитация. Методики Маккензи, Фельденкрайза, Войта, Бобат, Кабат, PNF, метод телесно-ориентированной терапии, прикладной кинезиологии и другие.	
	Лекция № 6. Применение тренажеров в физической реабилитации. Краткое содержание: Применение тренажеров в физической реабилитации на современном этапе развития общества. Положительные и отрицательные стороны процесса применения тренажеров. Обзор современных и устаревших тренажеров и тренажерных устройств: Гравистат, Космонавт, Адель, Спираль, Параподиум, иппотренажер, педальные тренажеры, вертикализаторы, тренажер Гросса, Локомат, Экзарта, экзоскелет. Другие дополнительные средства, дополняющие процесс физической реабилитации: средства внешней фиксации звеньев тела, укладки, средства дополнительной подвижной и неподвижной опоры (для ползания, стояния, ходьбы, в том числе по лестнице (горка)) и других.	2
	Лекция № 7. Использование общих физиологических закономерностей роста и развития организма человека в процессе физической реабилитации. Краткое содержание: Общие физиологические закономерности роста и развития организма человека как основа процесса физической реабилитации. Использование знаний о периодизации и гетерохронности развития, сенситивных периодах, влиянии наследственности и окружающей среды, отличий биологического и паспортного возраста, явления акселерации.	2
	Лекция № 8. Физическая реабилитация детей дошкольного возраста. Краткое содержание: Алгоритм построения занятия по физической реабилитации с детьми дошкольного возраста с использованием игрового метода и музыкального сопровождения с учетом развития нервно-гуморальной, мышечной, костной и других систем. Использование механизмов пластичности различных систем организма детей дошкольного возраста в процессе физической реабилитации. Психолого-педагогические приемы формирования позитивного общения с ребенком и его положительного настроя на процесс занятий физической реабилитацией. Методы вовлечения ближайшего окружения ребенка в процесс проведения занятий по физической реабилитации.	2

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА (6 семестр)

2.	Лекция № 1. Физическая реабилитация детей младшего школьного возраста. Краткое содержание: Особенности построения занятия по физической реабилитации с детьми младшего школьного возраста с учетом развития нервно-гуморальной, мышечной, костной и других систем. Психолого-педагогические приемы в работе специалиста по физической реабилитации с детьми младшего школьного возраста. Трудности реализации игрового метода в процессе физической реабилитации и пути их преодоления. Возможности применения соревновательного метода и метод круговой тренировки, средств музыкально-ритмического воспитания.	2
	Лекция № 2. Физическая реабилитация детей среднего школьного возраста. Краткое содержание: Особенности построения занятия по физической реабилитации с детьми среднего школьного возраста с учетом развития нервно-гуморальной, мышечной, костной и других систем. Психолого-педагогические приемы в работе специалиста по физической реабилитации с детьми среднего школьного возраста. Роль семьи в процессе физической реабилитации детей среднего школьного возраста. Гендерные вопросы при выборе средств и методов физической реабилитации и взаимодействия специалиста с занимающимися. Учет специфики пубертатного периода.	2

	Лекция № 3. Физическая реабилитация детей старшего школьного возраста. Краткое содержание: Особенности построения занятия по физической реабилитации с детьми старшего школьного возраста с учетом развития нервно-гуморальной, мышечной, костной и других систем. Формирование активной жизненной позиции в отношении непрерывной самореабилитации у детей старшего школьного возраста. Особенности формирования самостоятельности занимающихся. Ведение дневника самоконтроля. Роль семьи и ближайшего окружения.	2
3.	Лекция № 4. Физическая реабилитация лиц зрелого возраста. Краткое содержание: Алгоритм построения цикла занятий по физической реабилитации с лицами зрелого возраста. Учет возрастных особенностей организма, режима труда и отдыха в процессе физической реабилитации лиц зрелого возраста. Учет физиологических особенностей адаптации лиц зрелого возраста к физическим нагрузкам. Инволютивные процессы, пути их приостановки.	2
	Лекция № 5. Физическая реабилитация лиц пожилого возраста. Краткое содержание: Алгоритм построения цикла занятий по физической реабилитации с лицами пожилого возраста. Учет физиологических особенностей адаптации лиц пожилого возраста к физическим нагрузкам. Использование резервов работоспособности в пожилом возрасте. Средства активизации работы нервной системы и основного обмена. Роль факторов внешней среды в формировании здорового образа жизни. Учет снижения показателей развития всех основных физических качеств, удлинение периода врабатывания, восстановительных процессов. Антистрессовый эффект применения физических упражнений.	2
	Лекция № 6. Физическая реабилитация лиц старческого возраста. Краткое содержание: Алгоритм построения цикла занятий по физической реабилитации с лицами старческого возраста. Учет физиологических особенностей адаптации лиц старческого возраста к физическим нагрузкам. Основные задачи физической реабилитации в старческом возрасте Учет сопутствующих заболеваний и их влияние на процесс построения цикла занятий. Психоастенические состояния и пути их преодоления средствами и методами адаптивной физической культуры. Формирование активного долголетия и позитивного настроя на процесс самореабилитации.	2
4.	Лекция № 7. Учет физической подготовленности в процессе физической реабилитации лиц различных возрастных групп. Краткое содержание: Учет физической подготовленности в процессе физической реабилитации лиц разных возрастных групп. Механизм лечебного воздействия средств адаптивной физической культуры на организм занимающихся. Механизм педагогического воздействия средств адаптивной физической культуры на организм занимающихся. Приемы управления процессом повышения физических нагрузок в процессе физической реабилитации (с примерами для лиц разных возрастных групп). Приемы управления процессом повышения психических нагрузок в процессе физической реабилитации (с примерами для лиц разных возрастных групп).	2
	Лекция № 8. Контроль за нагрузкой в процессе физической реабилитации лиц различных возрастных групп. Краткое содержание: Виды и методы педагогического контроля за нагрузкой в процессе физической реабилитации лиц разных возрастных групп. Физиолого-педагогический контроль нагрузок в процессе занятия по физической реабилитации с детьми дошкольного возраста. Физиолого-педагогический контроль нагрузок в процессе занятия по физической реабилитации с детьми школьного возраста.	2

	Физиолого-педагогический контроль нагрузок в процессе занятия по физической реабилитации с лицами зрелого возраста. Физиолого-педагогический контроль нагрузок в процессе занятия по физической реабилитации с лицами пожилого возраста. Физиолого-педагогический контроль нагрузок в процессе занятия по физической реабилитации с лицами старческого возраста.	
5.	Лекция № 9. Здоровый образ жизни как основа эффективности физической реабилитации лиц различных возрастных групп. Краткое содержание: Пути оптимизации образа жизни лиц разных возрастных групп. Способы пропаганды здорового образа жизни для повышения результатов физической реабилитации лиц разного возраста. Методы индивидуального и семейного консультирования по вопросам проведения занятий по физической реабилитации. Проведение мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта. Особенности взаимодействия лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды. Способы самостоятельного повышения общей физической активности занимающихся с учетом возрастных особенностей. Обучение занимающихся самостоятельному применению физических упражнений (с примерами для лиц разных возрастных групп). Обучение самостоятельному применению отдельных техник массажа, естественных и переформированных природных факторов. Обучение занимающихся самостоятельному применению технических средств реабилитации (с примерами для лиц разных возрастных групп). Педагогические ситуации, направленные на развитие у занимающихся навыков гигиены и самоконтроля (с примерами для лиц разных возрастных групп). Обучение соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью закрепления результатов реабилитации (с примерами для лиц разных возрастных групп).	2
	Лекция № 10. Учет взаимовлияния проявлений различных заболеваний в процессе физической реабилитации лиц различных возрастных групп. Краткое содержание: Факторы, оказывающие влияние на формирование мотивации к регулярным занятиям физической реабилитацией у лиц различных возрастных групп. Пути формирования у занимающихся устойчивого интереса к систематическим занятиям адаптивной физической культурой. Развитие у занимающихся навыков самостоятельного передвижения (в том числе с помощью технических средств реабилитации инвалидов) и бытового самообслуживания. Сопровождение реабилитанта после завершения индивидуального маршрута реабилитации. Современные средства мобильной коммуникации в процессе контроля и самоконтроля за результатами физической реабилитации.	2
6.	Лекция № 11. Формирование мотивации к регулярным занятиям физической реабилитацией у лиц различных возрастных групп. Краткое содержание: Факторы, оказывающие влияние на формирование мотивации к регулярным занятиям физической реабилитацией у лиц различных возрастных групп. Пути формирования у занимающихся устойчивого интереса к систематическим занятиям адаптивной физической культурой. Развитие у занимающихся навыков самостоятельного передвижения (в том числе с помощью технических средств реабилитации инвалидов) и бытового самообслуживания. Сопровождение реабилитанта после завершения индивидуального маршрута реабилитации. Современные средства мобильной коммуникации в процессе контроля и самоконтроля за результатами физической реабилитации. Средства и методы формирования мотивации к регулярным занятиям физической реабилитацией у детей школьного возраста. Способы вовлечения ближайшего окружения ребенка в процесс занятий физической реабилитацией с детьми дошкольного и школьного возраста. Средства и методы формирования	2

	мотивации к регулярным занятиям физической реабилитацией у лиц зрелого, пожилого и старческого возраста.	

ЗАНЯТИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО ТИПА(5 семестр)

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Практическое занятие № 1. Средства и методы педагогического воздействия в физической реабилитации. Вопросы для обсуждения: 1. Понятие процесса применения физических упражнений как педагогического, требующего специальной подготовки. 2. Основные средства и методы педагогического воздействия в физической реабилитации. 3. Классификация средств физической реабилитации. Примеры применения на практике.	2
	Практическое занятие № 2. Средства и методы психологического воздействия в физической реабилитации. Вопросы для обсуждения: 1. Понятие психологического сопровождения процесса применения физических упражнений. 2. Основные средства и методы психологического воздействия в физической реабилитации. 3. Примеры применения средств психологического воздействия физической реабилитации.	2
	Практическое занятие № 3. Влияние наследственности и окружающей среды на процесс физической реабилитации. Вопросы для обсуждения: 1. Влияние наследственности на процесс физической реабилитации. Сбор информации и построение прогноза. 2. Влияние окружающей среды на процесс физической реабилитации. 3. Пути снижения негативного и повышения положительного влияния наследственности и окружающей среды на организм занимающегося.	2
	Практическое занятие № 4. Пути оптимизации состояния пациента путем использования факторов окружающей среды. Вопросы для обсуждения: 1. Оптимизация состояния пациента путем использования физических факторов окружающей среды. 2. Оптимизация состояния пациента путем использования химических факторов окружающей среды. 3. Оптимизация состояния пациента путем использования биологических факторов окружающей среды. 4. Оптимизация состояния пациента путем использования социальных факторов окружающей среды.	2
2.	Практическое занятие № 5. Особенности построения занятия по физической реабилитации с детьми дошкольного возраста. Вопросы для обсуждения: 1. Психолого-педагогические приемы формирования позитивного общения с ребенком и его положительного настроя на процесс занятий физической реабилитацией. 2. Методы вовлечения ближайшего окружения ребенка в процесс проведения занятий по физической реабилитации. 3. Алгоритм построения занятия по физической реабилитации с детьми дошкольного возраста с использованием игрового метода и музыкального сопровождения.	2

	Практическое занятие № 6. Использование механизмов пластичности различных систем организма детей дошкольного возраста в процессе физической реабилитации. Вопросы для обсуждения: 1. Пластичность организма как основа приспособления его к условиям среды. 2. Использование механизмов пластичности нервной системы организма детей дошкольного возраста в процессе физической реабилитации. 3. Использование механизмов пластичности костно-мышечной системы организма детей дошкольного возраста в процессе физической реабилитации.	2
	Практическое занятие № 7. Особенности построения занятия по физической реабилитации с детьми младшего школьного возраста. Вопросы для обсуждения: 1. Трудности построения занятия по физической реабилитации с детьми младшего школьного возраста. 2. Способы построения занятия по физической реабилитации с детьми младшего школьного возраста. 3. Применение игрового метода при проведении занятия по физической реабилитации с детьми младшего школьного возраста в условиях стационара, поликлиники, санатория, центра реабилитации и на дому.	2
	Практическое занятие № 8. Психолого-педагогические приемы в работе специалиста по физической реабилитации с детьми младшего школьного возраста. Вопросы для обсуждения: 1. Психологические приемы в работе специалиста по физической реабилитации с детьми младшего школьного возраста. 2. Педагогические приемы в работе специалиста по физической реабилитации с детьми младшего школьного возраста. 3. Педагогические приемы воздействия на ближайшее окружение детей младшего школьного возраста.	2
	Практическое занятие № 9. Особенности построения занятия по физической реабилитации с детьми среднего школьного возраста. Вопросы для обсуждения: 1. Трудности построения занятия по физической реабилитации с детьми среднего школьного возраста. 2. Способы построения занятия по физической реабилитации с детьми среднего школьного возраста. 3. Применение игрового метода при проведении занятия по физической реабилитации с детьми среднего школьного возраста в условиях стационара, поликлиники, санатория, центра реабилитации и на дому. 4. Учет особенностей пубертатного периода при проведении занятия по физической реабилитации с детьми среднего школьного возраста.	2
	Практическое занятие № 10. Психолого-педагогические приемы в работе специалиста по физической реабилитации с детьми среднего школьного возраста. Вопросы для обсуждения: 1. Психологические приемы в работе специалиста по физической реабилитации с детьми среднего школьного возраста. 2. Педагогические приемы в работе специалиста по физической реабилитации с детьми среднего школьного возраста. 3. Педагогические приемы воздействия на ближайшее окружение детей среднего школьного возраста.	2

ЗАНЯТИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО ТИПА(6семестр)

	Практическое занятие № 1. Роль семьи в процессе физической реабилитации детей среднего школьного возраста.	2

	Вопросы для обсуждения: 1. Трудности восприятия родителями задач физической реабилитации. 2. Основы психоконсультирования для повышения активности родителей и ближайшего окружения ребенка в процессе занятий. 3. Способы проведения совместных занятий родителей и детей в процессе физической реабилитации.	
	Практическое занятие № 2. Особенности построения занятия по физической реабилитации с детьми старшего школьного возраста. Вопросы для обсуждения: 1. Трудности построения занятия по физической реабилитации с детьми старшего школьного возраста. 2. Особенности построения занятия по физической реабилитации с детьми старшего школьного возраста с учетом развития нервно-гуморальной, мышечной, костной и других систем. 3. Способы построения занятия по физической реабилитации с детьми старшего школьного возраста.	2
	Практическое занятие № 3. Формирование активной жизненной позиции в отношении непрерывной самореабилитации у детей старшего школьного возраста. Вопросы для обсуждения: 1. Способы формирования активной жизненной позиции в отношении непрерывной самореабилитации у детей старшего школьного возраста. 2. Особенности формирования самостоятельности занимающихся. Ведение дневника самоконтроля. 3. Роль семьи и ближайшего окружения. Профилактика возникновения негативного социального поведения.	2
3.	Практическое занятие № 4. Построение цикла занятий по физической реабилитации с лицами зрелого возраста. Вопросы для обсуждения: 1. Алгоритм построения цикла занятий по физической реабилитации с лицами зрелого возраста. 2. Учет возрастных особенностей организма, режима труда и отдыха в процессе физической реабилитации лиц зрелого возраста. 3. Инволютивные процессы, пути их приостановки.	2
	Практическое занятие № 5. Учет возрастных особенностей организма, режима труда и отдыха в процессе физической реабилитации лиц зрелого возраста. Вопросы для обсуждения: 1. Учет возрастных особенностей организма занимающегося в процессе физической реабилитации лиц зрелого возраста. 2. Учет возрастных особенностей режима труда и отдыха в процессе физической реабилитации лиц зрелого возраста. 3. Учет особенностей профессионально-трудовой деятельности в процессе физической реабилитации лиц зрелого возраста	2
	Практическое занятие № 6. Учет физиологических особенностей адаптации лиц зрелого возраста к физическим нагрузкам. Вопросы для обсуждения: 1. Алгоритм построения цикла занятий по физической реабилитации с лицами зрелого возраста. 2. Учет физиологических особенностей адаптации лиц зрелого возраста к физическим нагрузкам. 3. Особенности повышения нагрузки при занятиях. Учет предшествующего двигательного опыта.	2
	Практическое занятие № 7. Построение цикла занятий по физической реабилитации с лицами пожилого возраста. Вопросы для обсуждения: 1. Алгоритм построения цикла занятий по физической реабилитации с лицами пожилого возраста.	2

	2. Использование резервов работоспособности в пожилом возрасте. 3. Средства активизации работы нервной системы и основного обмена.	
	Практическое занятие № 8. Учет физиологических особенностей адаптации лиц пожилого возраста к физическим нагрузкам. Вопросы для обсуждения: 1. Учет физиологических особенностей адаптации лиц пожилого возраста к физическим нагрузкам. 2. Роль факторов внешней среды в формировании здорового образа жизни. Учет снижения показателей развития всех основных физических качеств, удлинение периода врабатывания, восстановительных процессов. 3. Антистрессовый эффект применения физических упражнений.	2
	Практическое занятие № 9. Построение цикла занятий по физической реабилитации с лицами старческого возраста. Вопросы для обсуждения: 1. Алгоритм построения цикла занятий по физической реабилитации с лицами старческого возраста. Основные задачи физической реабилитации в старческом возрасте. 2. Учет вторичных отклонений и их влияние на процесс построения цикла занятий. 3. Учет сопутствующих заболеваний и их влияние на процесс построения цикла занятий.	2
	Практическое занятие № 10. Учет физиологических особенностей адаптации лиц старческого возраста к физическим нагрузкам. Вопросы для обсуждения: 1. Учет физиологических особенностей адаптации лиц старческого возраста к физическим нагрузкам. 2. Психоастенические состояния и пути их преодоления средствами и методами адаптивной физической культуры. 3. Формирование активного долголетия и позитивного настроя на процесс самореабилитации.	2
4.	Практическое занятие № 11. Механизмы лечебного и педагогического воздействия средств адаптивно физической культуры на организм занимающихся. Вопросы для обсуждения: 1. Учет физической подготовленности в процессе физической реабилитации лиц разных возрастных групп. 2. Механизм лечебного воздействия средств адаптивной физической культуры на организм занимающихся. 3. Механизм педагогического воздействия средств адаптивной физической культуры на организм занимающихся.	2
	Практическое занятие № 12. Приемы управления процессом повышения физических и психических нагрузок в процессе физической реабилитации. Вопросы для обсуждения: 1. Приемы управления процессом повышения физических нагрузок в процессе физической реабилитации (с примерами для лиц разных возрастных групп). 2. Приемы управления процессом повышения психических нагрузок в процессе физической реабилитации (с примерами для лиц разных возрастных групп). 3. Виды и методы педагогического контроля за нагрузкой в процессе физической реабилитации лиц разных возрастных групп.	2
	Практическое занятие № 13. Физиолого-педагогический контроль нагрузок в процессе занятия по физической реабилитации с детьми дошкольного и школьного возраста. Вопросы для обсуждения:	2

	1. Физиолого-педагогический контроль нагрузок в процессе занятия по физической реабилитации с детьми дошкольного и школьного возраста. 2. Физиолого-педагогический контроль нагрузок в процессе занятия по физической реабилитации с лицами зрелого возраста. 3. Физиолого-педагогический контроль нагрузок в процессе занятия по физической реабилитации с лицами пожилого и старческого возраста.	

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА (5 семестр)

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Педагогические основы физической реабилитации. Краткое содержание: Понятие процесса применения физических упражнений как педагогического, требующего специальной подготовки. Основные средства и методы педагогического воздействия в физической реабилитации. Клинические примеры работы с занимающимися, требующими различного методического подхода при одинаковом содержании занятий Классификация средств физической реабилитации. Формы проведения занятий по физической реабилитации. Педагогические подходы П.Ф.Лесгафта, К.К.Грота, Г.И.Турнера, В.П.Кащенко и других основоположников лечебно-педагогического подхода в процессе реабилитации детей.	2
3.	Лекция № 2. Физическая реабилитация лиц зрелого и пожилого возраста. Краткое содержание: Алгоритм построения цикла занятий по физической реабилитации с лицами зрелого и пожилого возраста. Учет возрастных особенностей организма, режима труда и отдыха в процессе физической реабилитации лиц зрелого и пожилого возраста. Учет физиологических особенностей адаптации лиц зрелого и пожилого возраста к физическим нагрузкам. Инволютивные процессы, пути их приостановки. Использование резервов работоспособности в пожилом возрасте. Средства активизации работы нервной системы и основного обмена. Роль факторов внешней среды в формировании здорового образа жизни. Учет снижения показателей развития всех основных физических качеств, удлинение периода врабатывания, восстановительных процессов. Антистрессовый эффект применения физических упражнений.	2

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА (6 семестр)

4.	Лекция № 1. Учет физической подготовленности в процессе физической реабилитации лиц различных возрастных групп. Краткое содержание: Учет физической подготовленности в процессе физической реабилитации лиц разных возрастных групп. Механизм лечебного воздействия средств адаптивной физической культуры на организм занимающихся. Механизм педагогического воздействия средств адаптивной физической культуры на организм занимающихся. Приемы управления процессом повышения физических нагрузок в процессе физической реабилитации (с примерами для лиц разных возрастных групп). Приемы управления процессом повышения	2

	психических нагрузок в процессе физической реабилитации (с примерами для лиц разных возрастных групп).	
5.	Лекция № 2. Учет взаимовлияния проявлений различных заболеваний в процессе физической реабилитации лиц различных возрастных групп. Краткое содержание: Факторы, оказывающие влияние на формирование мотивации к регулярным занятиям физической реабилитацией у лиц различных возрастных групп. Пути формирования у занимающихся устойчивого интереса к систематическим занятиям адаптивной физической культурой. Развитие у занимающихся навыков самостоятельного передвижения (в том числе с помощью технических средств реабилитации инвалидов) и бытового самообслуживания. Сопровождение реабилитанта после завершения индивидуального маршрута реабилитации. Современные средства мобильной коммуникации в процессе контроля и самоконтроля за результатами физической реабилитации.	2

ЗАНЯТИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО ТИПА(5 семестр)

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Практическое занятие № 1. Средства и методы педагогического и психологического воздействия в физической реабилитации. Вопросы для обсуждения: 1. Понятие процесса применения физических упражнений как психолого-педагогического, требующего специальной подготовки. 2. Основные средства и методы психолого-педагогического воздействия в физической реабилитации. 3. Классификация средств физической реабилитации. Примеры применения на практике.	2
2.	Практическое занятие № 2. Физическая реабилитация детей дошкольного и школьного возраста Формирование активной жизненной позиции ребенка в отношении непрерывной самореабилитации. Вопросы для обсуждения: 1. Психолого-педагогические приемы формирования позитивного общения с ребенком и его положительного настроя на процесс занятий физической реабилитацией. 2. Методы вовлечения ближайшего окружения ребенка в процесс проведения занятий по физической реабилитации. 3. Алгоритм построения занятия по физической реабилитации с детьми дошкольного и школьного возраста с использованием игрового метода и музыкального сопровождения.	2
3.	Практическое занятие № 3. Построение цикла занятий по физической реабилитации с учетом физиологических особенностей адаптации лиц зрелого возраста к физическим нагрузкам. Вопросы для обсуждения: 1. Алгоритм построения цикла занятий по физической реабилитации с лицами зрелого возраста. 2. Учет возрастных особенностей организма, режима труда и отдыха в процессе физической реабилитации лиц зрелого возраста. 3. Инволютивные процессы, пути их приостановки.	2

ЗАНЯТИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО ТИПА(6семестр)

	Практическое занятие № 1. Построение цикла занятий по физической реабилитации с лицами пожилого возраста. Вопросы для обсуждения: 1. Алгоритм построения цикла занятий по физической реабилитации с лицами пожилого возраста. 2. Использование резервов работоспособности в пожилом возрасте. 3. Средства активизации работы нервной системы и основного обмена.	2
4.	Практическое занятие № 2. Физиолого-педагогический контроль нагрузок в процессе занятия по физической реабилитации с детьми дошкольного и школьного возраста. Вопросы для обсуждения: 1. Физиолого-педагогический контроль нагрузок в процессе занятия по физической реабилитации с детьми дошкольного и школьного возраста. 2. Физиолого-педагогический контроль нагрузок в процессе занятия по физической реабилитации с лицами зрелого возраста. 3. Физиолого-педагогический контроль нагрузок в процессе занятия по физической реабилитации с лицами пожилого и старческого возраста.	2
5.	Практическое занятие № 3. Пути оптимизации образа жизни лиц различных возрастных групп. Вопросы для обсуждения: 1. Способы пропаганды здорового образа жизни для повышения результатов физической реабилитации лиц разного возраста. 2. Методы индивидуального и семейного консультирования по вопросам проведения занятий по физической реабилитации. 3. Проведение мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта. 4. Особенности взаимодействия лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды. 5. Обучение занимающихся самостоятельному применению физических упражнений, отдельных техник массажа, технических средств, естественных и переформированных природных факторов, формирование навыков гигиены с целью повышения самостоятельности в вопросах регуляции общей физической активности занимающихся с учетом возрастных особенностей.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Завьялова, Т. П. Физическая реабилитация дошкольников с нарушениями осанки и стопы средствами плавания : учебное пособие для вузов / Т. П. Завьялова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07422-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514961
2. Лечебная физическая культура при заболеваниях детского возраста : учебное пособие / Т.В. Карасёва, А.С. Махов, А.И. Замогильнов, С.Ю. Толстова. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 222 с. : табл.
3. Лечебная физическая культура при заболеваниях людей пожилого возраста : учебное пособие / Т.В. Карасёва, А.С. Махов, А.И. Замогильнов [и др.]. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 218 с.
4. 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, 2023. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514910

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Громова, О.В. Комплексная реабилитация больных и инвалидов : учебное пособие / О.В. Громова. - Москва : Колосс, 2018. - 181, [1] с. : ил.
2. Егорова, С. А. Физическая реабилитация : учебное пособие / С. А. Егорова, А. Л. Ворожбитова. — Ставрополь : СКФУ, 2014. — 176 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/155504. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Ильина, И. В. Медицинская реабилитация : учебник для вузов / И. В. Ильина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 276 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00383-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/512106
4. Ильина, И. В. Медицинская реабилитация. Практикум : учебное пособие для вузов / И. В. Ильина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 393 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01250-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513915
5. Кальсина, В. В. Физическая реабилитация в неврологии : учебное пособие / В. В. Кальсина. — Омск : СибГУФК, 2018. — 128 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/142480 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
6. Клочкова, Е.В. Введение в физическую терапию : реабилитация детей с церебральным параличом и другими двигательными нарушениями неврологической природы / Е.В. Клочкова. - 2-е изд. - Москва : Теревинф, 2018. - 283 с. : ил.
7. Ладыгина, Е.Б. Физическая реабилитация лиц пожилого и старшего возраста : учебное пособие : в 2 ч. Ч. 1 / Е.Б. Ладыгина, О.Э. Евсеева, А.В. Антонова; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2010. – 118 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Ладыгина, Е.Б. Физическая реабилитация лиц пожилого и старшего возраста : учебное пособие : в 2 ч. Ч. 2 / Е.Б. Ладыгина, О.Э. Евсеева, А.В. Антонова; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2010. – 103 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

9. Мартынихин, В.С. Лечебная физкультура и врачебный контроль у неврологических больных с разными формами двигательных расстройств : учебное пособие / В.С. Мартынихин, К.В. Мартынихин, М.Л. Гинзбург. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2016. – 212 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
10. Основы физической реабилитации : учебник / А. Н. Налобина, Т. Н. Фёдорова, И. Г. Таламова, Н. М. Курч ; под редакцией А. Н. Налобиной. — Омск : СибГУФК, 2017. — 328 с. — ISBN 978-5-91930-078-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/107602 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
11. Потапчук, А.А. Физическая реабилитация при заболеваниях в детском и подростковом возрасте : учебное пособие / А.А. Потапчук ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 113 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
12. Ряпина, В. О. Основы физической реабилитации в адаптивной физической культуре. Курс лекций : учебное пособие / В. О. Ряпина. — Волгоград : ВГАФК, 2016. — 213 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/158084.— Режим доступа: для авториз. пользователей.
13. Сапего, А. В. Физическая реабилитация : учебное пособие / А. В. Сапего, О. Л. Тарасова, И. А. Полковников. — Кемерово : КемГУ, 2014. — 210 с. — ISBN 978-5-8353-1652-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/58344 .— Режим доступа: для авториз. пользователей.
14. Физическая реабилитация : учебник : в 2 т. Т. 1 / под ред. С. Н. Попова. - Москва : Академия, 2013. - 283, [1] с. : ил.
15. Физическая реабилитация : учебник : в 2 т. Т. 2 / под ред. С. Н. Попова. - Москва : Академия, 2013. - 303, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №119** (1 этаж, нежилое помещение №28)– Специализированная мебель: Учебный стол-55 шт.; скамья-55 шт., письменный стол-2шт., стул 4 шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Epson EB-X41-1-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт.
Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C191010074512140155 1, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.
2. **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №3** (1 этаж, нежилое помещение №8)– Специализированная мебель: Учебный стол-18 шт.; скамья-24 шт., письменный стол-1шт., стул-4шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual 220x220MW настенный-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur-1шт.
Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C191010074512140155 1, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.
3. **Помещение для проведения практических занятий - Зал АФК** (1этаж, нежилое помещение №15)- Оборудование: Зеркало 23,4 м.кв., инвалидная коляска "Динамика-М"-2шт., мяч волейбольный Mikasa MVA 200-2шт., набор для игры Бочча "NoName"-1шт., набор для Паралимпийского бочча (мячи)-1 шт., складной массажный стол "Перфект-190", 190x70x70-6 шт.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра биохимии

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Профилактика применения допинга

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«30» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ Дорофейков В.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:
преподаватель Зырянова И.В.

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе по очной форме обучения, на 4 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(зачет).***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Научные исследования	ОПК-11. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга в адаптивном спорте

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-11	ОПК-11.1. **Знает**: - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий ОПК-11.2. **Умеет**: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; -	**Знает:** - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий **Умеет**: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по

	выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга. ОПК-11.3. **Имеет опыт**: - выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных	антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга. **Имеет опыт**: - выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению

	предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе, размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций; - осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов	актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе, размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций; - осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися										
В том числе:										
Занятия лекционного типа		14						14		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		22						22		
Самостоятельная работа студента		30						30		
Контроль (зачет)		6						6		
Общая трудоемкость	**часы**	**72**						72		
	зачетные единицы	**2**						2		

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися											
В том числе:											
Занятия лекционного типа		2								2	
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		4								4	
Самостоятельная работа студента		62								62	
В том числе:											
Выполнение контрольной работы		12								12	
Контроль		4								4	
Общая трудоемкость	**часы**	**72**								72	
	зачетные единицы	**2**								2	

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1.ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Введение в антидопинговую тему. Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте.	Определение понятия «допинг». История использования допинга. Создание службы антидопингового контроля. Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте. Общие принципы антидопингового обеспечения. Специфичность задач антидопингового контроля в различных видах спорта. Международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте. Всемирный антидопинговый Кодекс. Роль Всемирного антидопингового агентства WADA и РУСАДА. Специфичность задач антидопингового контроля.	**Знает:** - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий **Умеет**: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; -

			изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.
2.	Современная организация антидопингового контроля в спорте.	Права и обязанности спортсмена и персонала при проведении допинг-контроля. Протокол допинг-контроля. Анализируемые биологические субстраты (кровь, моча). Правила отбора биологического материала и транспортировка биопроб при проведении допинг-контроля. Основные аналитические методы, используемые для определения запрещенных субстанций в биологических жидкостях. Принципы современных аналитических методик, обеспечивающих достоверную детекцию запрещенного препарата/метода или его метаболитов в крови или в моче. Международный стандарт для лабораторий (МСЛ), разработанный в рамках Всемирной антидопинговой Программы. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории. Получение лицензии и контроль качества аналитических процедур.	**Знает:** - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий **Умеет**: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную

			демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.
3	Субстанции и методы, входящие в Запрещенный список ВАДА	Классификация субстанций и методов по периодам запрета. Химическая структура веществ, используемых как допинг и их связь с основными метаболическими процессами в организме человека. Обновление правил и Запрещенного списка WADA. Обязательные и необходимые критерии внесения препарата в Запрещенный	**Знает:** - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления

		список. Манипуляции с кровью и ее компонентами, химические и физические манипуляции с биопробами, генный и клеточный допинг.	просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий **Умеет**: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки

			антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.
4	Риски, связанные с использованием допинга	Возможные негативные спортивные, медицинские, этические, финансовые и юридические последствия использования допинга в спорте.	**Знает:** - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий **Умеет**: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; -

			представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.
5	Меры, принимаемые против допинга в спорте.	Антидопинговое образование. Биологический паспорт спортсмена. Создание зарегистрированных пулов тестирования и местонахождения спортсменов. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории. Управление результатами допинг-контроля. Система «Адамс». Разрешение на терапевтическое использование (TUE) и порядок его получения. Возможные исключения. Санкции за нарушения к спортсменам и тренерам. Преимущества спортсменов стран с передовой фармакологической и спортивной наукой.	**Знает:** - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий **Умеет**: - определять целевые аудитории для реализации

			антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга. **Имеет опыт**: - выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением

			заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе, размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций; - осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция №1. **Введение в антидопинговую тему. Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте**. Определение понятия «допинг». История использования допинга. Создание службы антидопингового контроля. Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте. Специфичность задач антидопингового контроля в различных видах спорта. Международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте. Всемирный антидопинговый Кодекс. Роль Всемирного антидопингового агентства и РУСАДА.	2
2.	Лекция №2. **Современная организация антидопингового контроля**. Специфичность задач антидопингового контроля в различных видах спорта. Международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте. Всемирный антидопинговый Кодекс. Роль Всемирного антидопингового агентства и РУСАДА. Организация антидопингового контроля. Права и обязанности спортсмена при проведении допинг-контроля. Протокол допинг-контроля. Анализируемые биологические субстраты (кровь, моча). Правила отбора биологического материала и транспортировка проб при проведении допинг-контроля.	2
3	Лекция №3. **Эндокринная система как регулятор скорости метаболических процессов в организме** Эндокринная система, уровни ее организации и возможности влияния с помощью экзогенных и эндогенных молекул. Типичные нарушения состояния здоровья у профессиональных спортсменов в результате перенапряжения функциональных систем организма.	2
4	Лекция №4. **Субстанции и методы, включенные в Запрещенный список ВАДА** Классификация субстанций и методов по периодам запрета. Химическая структура веществ, используемых как допинг и их связь с основными метаболическими процессами в организме человека. Обновление антидопинговых правил и Запрещенного списка WADA. Обязательные и необходимые критерии внесения препарата в Запрещенный список.	2
5	Лекция №5. **Эффекты различных классов веществ, наиболее часто используемых в качестве допинга** Возможные негативные последствия приема запрещенных субстанций. Психотропные вещества. Анаболические стероиды и их влияние на организм человека.	2
6	Лекция № 6. **Биологический паспорт спортсмена**. Гематологический, стероидный и эндокринный модули биологического паспорта спортсмена. Основные параметры. Особенности оценки гемоглобиновой массы.	2

7	Лекция № 7. **Риски, связанные с использованием допинга Меры, принимаемые против допинга в спорте** Возможные юридические, финансовые и репутационные последствия использования допинга. АДАМС – online программа для сбора и хранения данных. Использование базовых функций системы. Использование запрещенных препаратов - нарушение принципа честной спортивной борьбы (Fair Play). Преимущества спортсменов стран с передовой фармакологической и спортивной наукой.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Практическое занятие №1. Введение в основы антидопингового обеспечения. Антидопинговый контроль в различных видах спорта. Роль WADA и РУСАДА.** Определение понятия «допинг». Создание службы антидопингового контроля. Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте. Специфичность задач антидопингового контроля в различных видах спорта. Международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте. Всемирный антидопинговый Кодекс. Роль Всемирного антидопингового агентства и РУСАДА. Всемирный антидопинговый Кодекс. Нарушение антидопинговых правил, санкции и последствия.	2
2.	**Практическое занятие №2. Организация антидопингового контроля в различных видах спорта.** Организация антидопингового контроля. Права и обязанности спортсмена при проведении допинг-контроля. Протокол допинг-контроля. Анализируемые биологические субстраты (кровь, моча). Правила отбора биологического материала и транспортировка проб при проведении допинг-контроля.	2
3	**Практическое занятие №3. Эндокринная система как регулятор скорости метаболических процессов в организме.** Эндокринная система, уровни ее организации и возможности влияния с помощью экзогенных и эндогенных молекул. Типичные нарушения состояния здоровья у профессиональных спортсменов в результате перенапряжения функциональных систем организма.	2
4	**Практическое занятие №4. Биологический паспорт спортсмена** Гематологический, стероидный и эндокринный модули биологического паспорта спортсмена. Основные параметры. Особенности оценки гемоглобиновой массы.	2
5	**Практическое занятие №5. Анаболические агенты, факторы роста, гормоны и модуляторы метаболизма, b-2- агонисты (классы S1-S4 запрещенного списка WADA).** Механизм действия анаболических стероидов, побочные эффекты и последствия воздействия на организм спортсмена, примеры запрещенных субстанций, используемых в качестве допинга.	2
6	**Практическое занятие №6. Психостимуляторы, наркотики и каннабиноиды (классы S6-S8 запрещенного списка WADA).**	2

	Стимулирующие препараты, воздействующие на ЦНС, возбуждающие психомоторную функцию. Причины повышения физической и психической работоспособности и последствия для здоровья спортсмена. Опасность препаратов, притупляющих чувство усталости, «отодвигающих» развитие охранительного торможения.	
7	**Практическое занятие №7. Диуретики и маскирующие агенты. Глюкокортикостероиды. Бета-блокаторы (классы S5, S9, P1 запрещенного списка WADA).** Механизм действия разных групп фармакологических препаратов: диуретики, глюкокортикоиды, бета-блокаторы на организм спортсмена. Негативные последствия приема. Примеры запрещенных субстанций, используемых в качестве допинга.	2
8	**Практическое занятие №8. Кровяной допинг и субстанции, влияющие на эритропоэз.** Опасность применения кровяного допинга и препаратов эритропоэтинов и агентов, влияющих на эритропоэз для здоровья спортсмена. Контроль за их использованием. Запрещенные методы и субстанции в элитном спорте.	2
9	**Практическое занятие №9. Классификация запрещенного списка. Запрещенные методы. Генный и клеточный допинг.** Обязательные и необходимые критерии внесения препарата в Запрещенный список. Программа мониторинга. Обзор основных изменений запрещенного списка. Манипуляции с кровью и ее компонентами, химические и физические манипуляции с биопробами, генный и клеточный допинг.	2
10	**Практическое занятие №10. Концепция Therapeutic use exemptions (TUE) Система антидопингового администрирования и менеджмента (ADAMS).** Международный стандарт по терапевтическому использованию запрещенных субстанций. Запрос на терапевтическое использование, критерии получения разрешения, ретроактивный запрос на терапевтическое использование. АДАМС – online программа для сбора и хранения данных. Использование базовых функций системы.	2
11	**Практическое занятие №11. Рубежный контроль.**	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция №1. **Современная организация антидопингового контроля**. Специфичность задач антидопингового контроля в различных видах спорта. Международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте. Всемирный антидопинговый Кодекс. Роль Всемирного антидопингового агентства и РУСАДА. Организация антидопингового контроля. Права и обязанности спортсмена при проведении допинг-контроля. Протокол допинг-контроля. Анализируемые биологические субстраты (кровь, моча).	2

	Правила отбора биологического материала и транспортировка проб при проведении допинг-контроля.	

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1	**Практическое занятие №1. Субстанции и методы, включенные в список WADA. Биологический паспорт спортсмена.** Классификация субстанций и методов по периодам запрета. Обновление антидопинговых правил и Запрещенного списка WADA. Обязательные и необходимые критерии внесения препарата в Запрещенный список. Гематологический, стероидный и эндокринный модули биологического паспорта спортсмена. Основные параметры.	2
2	**Практическое занятие №2. Концепция Therapeutic use exemptions (TUE) Система антидопингового администрирования и менеджмента (ADAMS).** Классификация субстанций и методов по периодам запрета. Химическая структура веществ, используемых как допинг и их связь с основными метаболическими процессами в организме человека. Обновление антидопинговых правил и Запрещенного списка WADA. Обязательные и необходимые критерии внесения препарата в Запрещенный список. Гематологический, стероидный и эндокринный модули биологического паспорта спортсмена. Международный стандарт по терапевтическому использованию запрещенных субстанций. Запрос на терапевтическое использование, критерии получения разрешения, ретроактивный запрос на терапевтическое использование. АДАМС – online программа для сбора и хранения данных. Использование базовых функций системы.	2

Неотъемлемой частью рабочей программы являются приложения. К рабочей программе прилагаются:

Приложение 1. Фонд оценочных средств по дисциплине.

Приложение 2. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Андриянова, Е. Ю. Профилактика допинга в спорте : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 134 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12572-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/518927
2. Безуглов, Э.Н. Основы антидопингового обеспечения спорта : учебное пособие / Э.Н. Безуглов, Е.Е. Ачкасов. - Москва : Спорт, 2020. - 287 с. :цв. ил.
3. Дорофейков, В.В. Основы антидопингового обеспечения : учебное пособие / В.В. Дорофейков, Т.Г. Невзорова, Т.В. Живова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. – 80 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Казаринова, Л.В. Допинг в спорте: правовые и психолого-педагогические аспекты противодействия : учебное пособие / Л.В. Казаринова, С.И. Петров, А.А. Смирнов; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2019. – 90 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Чеботарев, А. В. Борьба с допингом : учебное пособие для вузов / А. В. Чеботарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 33 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14944-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/519613

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Андриянова, Е.Ю. Профилактика допинга в спорте : учебное пособие / Е.Ю. Андриянова; Олимпийский комитет России ; Великолукская олимпийская академия ; Министерство спорта Российской Федерации ; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта. - Великие Луки : [б. и.], 2018. - 127 с. : ил.
2. Андриянова, Е.Ю.Спортивная медицина : учебное пособие / Е.Ю. Андриянова. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва :Юрайт, 2020. - 325 с. : ил.
3. Андриянова, Е.Ю. Спортивная медицина : учебное пособие / Е.Ю. Андриянова; Министерство спорта Российской Федерации ; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта. - Великие Луки : [б. и.], 2014. - 324 : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Батоцыренова, Е.Г. Допинг-контроль в спорте : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 93 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Куртев, С. Г. Основы антидопингового обеспечения : учебное пособие / С. Г. Куртев. — Омск :СибГУФК, 2018. — 116 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/142484. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
6. Невзорова, Т.Г.Антидопинговый контроль в спорте : учебное пособие / Т.Г. Невзорова; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. - 93 с.: ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
7. Основы антидопингового обеспечения / авт.-сост. Н. В. Минникаева, Р. С. Жуков, С. В. Шабашева ; Кемеровский государственный университет. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2019. – 139 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684965

8. Основы антидопингового обеспечения спорта : учебное пособие / под редакцией Э.Н. Безуглова, Е. Е. Ачкасова ; художник Ф. Е. Барбышев. — Москва : Спорт-Человек, 2019. — 288 с. — ISBN 978-5-906132-29-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/165135. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
9. Платонов, В.Н. Допинг в спорте и проблемы фармакологического обеспечения подготовки спортсменов / В.Н. Платонов, С.А. Олейник, Л.М. Гунина. - М. : Советский спорт, 2010. - 306 с. : ил.
10. Смоленский, А.В. Основы антидопингового обеспечения : учебно-методическое пособие / А.В. Смоленский, А.В. Тарасов. - Москва : Колос-с, 2018. - 86, [2] с. : ил.
11. Спортивная биохимия с основами спортивной фармакологии : учебное пособие / Л.В. Капилевич, Е.Ю. Дьякова, Е.В. Кошельская, В.И. Андреев; Национальный исследовательский Томский политехнический университет. - Москва :Юрайт, 2020. - 151 с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://urait.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://www.diss.rsl.ru/
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link isexternal)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

1. Биохимическая лаборатория
2. Мультимедийный комплекс
3. Мультимедийные лекции
4. Демонстрационные приборы
5. Плакаты
6. ПК и программное обеспечение
7. Химическая посуда
8. Автоматические дозаторы
9. Аналитические весы
10. pH-метры
11. Фотоэлектроколориметры
12. Спектрофотометры
13. Холодильники
14. Дистиллятор
15. Наборы реактивов и полуавтоматическое оборудование для определения наиболее часто используемых в биохимии спорта параметров

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра биомеханики

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Математическая статистика в физической культуре и спорте

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль)
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная /заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»
_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«29» июня 2022 г., протокол № 17
Зав. кафедрой _____ **Самсонова А.В.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:
доцент, к.п.н. Барникова И.Э.

Санкт-Петербург, 2022

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе по очной форме обучения, на 5 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***зачет***.

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Системное и критическое мышление	УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач
Общепрофессиональные компетенции выпускников и индикаторы их достижения	
Научные исследования	ОПК-12. Способен проводить исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК-1.1. Знает: - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, особенности статистической обработки данных инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; УК-1.2. Умеет:	*Знания:* - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, особенности статистической обработки данных инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; *Умения:* - работать с информацией, представленной в различной форме;

	- работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач адаптивной физической культуры и физической культуры с позиций системного подхода. УК-1.3. Имеет опыт: - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности, в том числе с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.	- обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач адаптивной физической культуры и физической культуры с позиций системного подхода. *Навыки:* - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности, в том числе с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.
ОПК-12. Способен проводить исследования по определению эффективности различных сторон	ОПК-12.1. Знает: - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования;	*Знания:* - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования;

деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования.	- основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта; - научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования; - алгоритм построения педагогического эксперимента; - способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных. ОПК-12.2. Умеет: - использовать научную терминологию; - классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования; - определять задачи научного исследования; - использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ); - анализировать и интерпретировать полученные результаты. ОПК-12.3. Имеет опыт: - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы.	- основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта; - научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования; - алгоритм построения педагогического эксперимента; - способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных. *Умения:* - использовать научную терминологию; - классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования; - определять задачи научного исследования; - использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ); - анализировать и интерпретировать полученные результаты. *Навыки:* - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**36**							**36**	
В том числе:										
Занятия лекционного типа		14							14	
Занятия семинарского типа (практические занятия)		22							22	
Промежуточная аттестация (зачет)		6							6	
Самостоятельная работа студента		30							30	
Общая трудоемкость	**часы**	**72**							**72**	
	зачетные единицы	**2**							**2**	

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**12**									**12**
В том числе:											
Занятия лекционного типа		4									4
Занятия семинарского типа (практические занятия)		8									8
Промежуточная аттестация (зачет)		4									4
Самостоятельная работа студента		56									56
В том числе выполнение контрольной работы		20									20
Общая трудоемкость	**часы**	**72**									**72**
	зачетные единицы	**2**									**2**

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Первичная обработка экспериментальных данных	Выборочный метод статистического исследования. Построение эмпирических распределений исследуемых признаков (группировка данных, графики гистограммы и кумуляты). Обобщающие числовые характеристики выборки (среднее арифметическое, медиана, дисперсия, стандартное отклонение), стандартная ошибка среднего арифметического, оценка генерального среднего.	*Знания:* - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; - основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта *Умения:* - работать с информацией, представленной в различной форме; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования; - определять задачи научного исследования *Навыки:* - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов

2.	Элементы теории вероятности	Понятия статистического испытания, случайного события, вероятности случайного события. Классическое и статистическое определение вероятности. Случайные величины. Дискретные и непрерывные случайные величины. Функция и плотность распределения случайных величин. Нормальный закон распределения случайной величины. Основные понятия теории проверки статистических гипотез и корреляционного анализа.	*Знания:* - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования *Умения:* - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - использовать научную терминологию; *Навыки:* - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование)
3.	Обработка результатов педагогического эксперимента	Организация педагогического эксперимента. Применение теории проверки статистических гипотез и корреляционного анализа для обработки результатов педагогического эксперимента. Выбор критериев значимости для проверки достоверности различия результатов для независимых и связанных выборок. Определение способа расчета коэффициента корреляции. Установление достоверности и силы коэффициента корреляции. Представление результатов экспериментальных исследований.	*Знания* - способы статистической обработки данных, особенности статистической обработки данных инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - алгоритм построения педагогического эксперимента; - способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных. *Умения:* - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач адаптивной физической культуры и физической культуры с позиций системного подхода; - использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ);

			- анализировать и интерпретировать полученные результаты. *Навыки:* - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности, в том числе с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; - выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция №1.** Основные понятия математической статистики. Типы задач, решаемых методами математической статистики. Генеральная совокупность и выборка. Статистические признаки. Причины варьирования признаков. Постановка задачи первичной обработки данных. Использование персональных компьютеров для решения прикладных задач в области физической культуры и спорта методами математической статистики.	**2**
2.	**Лекция №2.** Группировка данных. Вариационные ряды. Графическое представление вариационных рядов – гистограмма, кумулята. Числовые характеристики выборки	**2**
3.	**Лекция №3.** Понятие статистического испытания. Случайные события. Вероятность случайного события.	**2**
4.	**Лекция №4.** Случайные величины. Способы описания вероятностных свойств случайных величин: функция распределения вероятностей, плотность распределения вероятностей. Нормальное распределение.	**2**
5.	**Лекция №5.** Постановка задачи проверки достоверности различия выборочных средних. Формализация задачи. Ошибки при проверке статистических гипотез. Уровень значимости. Общее правило проверки статистических гипотез. Стандартные уровни зна-	**2**

	чимости. Критерии значимости для независимых и связанных выборок. Параметрические и непараметрические критерии значимости. Вопросы выбора используемого критерия значимости	
6.	**Лекция №6.** Постановка задачи выявления связи между признаками. Построение корреляционного поля. Возможные типы корреляционного облака и соответствующие им виды корреляционной связи. Количественная оценка корреляционной связи. Коэффициенты корреляции Пирсона и Спирмена. Условия применимости этих коэффициентов.	**2**
7.	**Лекция №7.** Представление результатов статистической обработки данных экспериментальных исследований. Способы представления результатов расчета числовых характеристик, проверки статистических гипотез и корреляционного анализа. Построение таблиц и графиков.	**2**

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание практических занятий*	*Кол-во часов*
1	**Практическое №1.** Самотестирование - получение исходных данных для первичной обработки. Работа с программой статистической обработки данных (создание файла исходных данных).	**2**
2	**Практическое №2.** Группировка данных и расчет числовых характеристик выборки.	**2**
	Практическое №3. Первичная обработка экспериментальных данных (контроль знаний и правильности выполнения первичной обработки результатов эксперимента). Текущий контроль.	**2**
3	**Практическое №4**. Первичная обработка результатов педагогического эксперимента. Получение задания по обработке результатов педагогического эксперимента. Работа с программой статистической обработки данных (создание файла исходных данных, расчёт числовых характеристик признаков).	**2**
	Практическое №5. Проверка достоверности различия для независимых выборок. Работа с программой статистической обработки данных, проверка достоверности различия для независимых выборок.	**2**
	Практическое №6. Опрос по разделу «Проверка достоверности различия для независимых выборок» (контроль знаний и правильности выполнения проверки достоверности различия для независимых выборок). Текущий контроль.	**2**
	Практическое №7. Проверка достоверности различия для связанных выборок. Работа с программой статистической обработки данных, проверка достоверности различия для независимых выборок	**2**
	Практическое №8. Опрос по разделу «Проверка достоверности различия для связанных выборок» (контроль знаний и правильности выполнения проверки достоверности различия для независимых выборок). Текущий контроль.	**2**
	Практическое №9. Корреляционный анализ. Работа с программой статистической обработки данных (выявления связи между признаками: расчёт корреляционной матрицы).	**2**
	Практическое №10. Опрос по разделу: «Корреляционный анализ» Текущий контроль.	**2**

	Практическое №11. Контроль знаний и навыков работы с программой статистической обработки данных при выполнении первичной обработки данных и при обработке результатов педагогического эксперимента. Рубежный контроль.	**2**

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция №1.** Основные понятия математической статистики. Типы задач, решаемых методами математической статистики. Генеральная совокупность и выборка. Статистические признаки. Причины варьирования признаков. Постановка задачи первичной обработки данных. Использование персональных компьютеров для решения прикладных задач в области физической культуры и спорта методами математической статистики. Группировка данных. Числовые характеристики выборки.	**2**
2.	**Лекция №2.** Постановка задачи проверки достоверности различия выборочных средних. Ошибки при проверке статистических гипотез. Общее правило проверки статистических гипотез. Критерии значимости для независимых и связанных выборок. Вопросы выбора используемого критерия значимости. Корреляционный анализ. Количественная оценка корреляционной связи. Коэффициенты корреляции Пирсона и Спирмена. Условия применимости этих коэффициентов.	**2**

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание практических занятий*	*Кол-во часов*
1	**Практическое занятие №1.** Первичная обработка результатов педагогического эксперимента. Получение задания по обработке результатов педагогического эксперимента. Создание файла исходных данных, расчёт числовых характеристик признаков. (контроль знаний и правильности выполнения расчета числовых характеристик). Текущий контроль.	**2**
2	**Практическое занятие №2.** Проверка достоверности различия для независимых выборок	**2**
3	**Практическое занятие №3.** Проверка достоверности различия для связанных выборок (контроль знаний и правильности выполнения проверки достоверности различия). Текущий контроль.	**2**
3	**Практическое занятие №4.** Корреляционный анализ. Работа с программой статистической обработки данных (выявления связи между признаками: расчёт корреляционной матрицы). Обработка результатов педагогического эксперимента (контроль знаний и правильности выполнения корреляционного анализа).Текущий контроль.	**2**

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Алексеева, И.В. Математическая статистика в физической культуре и спорте : учебное пособие. - Великие Луки : [б. и.], 2020. – 106 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. Малугин, В. А. Математическая статистика : учебное пособие для вузов / В. А. Малугин. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 218 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06965-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/515587
3. Мониторинг с элементами спортивной метрологии при занятиях физической культурой и спортом : учебное пособие / Л.И. Вериго, А.М. Вышедко, Е.Н. Данилова, Н.Н. Демидко ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет. – Красноярск : СФУ, 2016. – 224 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497355
4. Шмелева, Г.А. Экспресс-курс по математическим методам анализа в физической культуре : учебное пособие. - Малаховка : [б. и.], 2017. – 180 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Шмелева, Г.А. Экспресс-курс по математическим методам анализа в физической культуре : учебное пособие. - Малаховка : [б. и.], 2017. – 121 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Алексеева, И. В. Математическая статистика в физической культуре и спорте : учебное пособия / И. В. Алексеева. — Великие Луки : ВЛГАФК, 2020. — 105 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/186392. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Афанасьев, В.В. Математическая статистика в командных видах спорта : [монография]. - Ярославль : [б. и.], 2007. - 167 с.
3. Гмурман, В.Е. Теория вероятностей и математическая статистика : учебник / В.Е. Гмурман. - 12-е изд. - Москва :Юрайт, 2019. - 479 с. : ил.
4. Михайлина, Т.М. Элементы теории вероятностей математической статистики : учебное пособие. - Краснодар : [б. и.], 2008. - 180 с.
5. Попков, В.Н. Эмпирическое исследование в физической культуре и спорте: (Методология. Опрос. Наблюдение. Эксперимент) : учебное пособие / В.Н. Попков ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2011. – 290 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277331
6. Семенов, В.Г. Методы математической статистики в исследованиях по физической культуре и спорту : учебное пособие. - Смоленск : СГАФКСТ, 2011. – 99 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Сидняев, Н.И. Теория планирования эксперимента и анализ статистических данных : учебное пособие / Н.И. Сидняев. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва :Юрайт, 2015. - 495 с. : ил.
8. Степанова, О.Н. Методы сбора и обработки маркетинговой информации в физической культуре и спорте : учебное пособие / О.Н. Степанова. – Москва : Прометей, 2011. – 240 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=108508

9. Трофимов, А. Г. Математическая статистика : учебное пособие для вузов / А. Г. Трофимов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 257 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08874-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/494524
10. Чашкин Ю.Р. Математическая статистика. Анализ и обработка данных : учебное пособие. - Ростов н/Д : Феникс, 2010. - 236, [1] с. : ил.
11. Энатская, Н. Ю. Математическая статистика и случайные процессы : учебное пособие для вузов / Н. Ю. Энатская. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 201 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9808-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/512082

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://urait.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://www.diss.rsl.ru/
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link isexternal)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal)

Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Специализированный компьютерный класс.
2. Комплект презентационного оборудования (компьютер, проектор, экран, звуковое обеспечение).
3. Персональный компьютер для каждого студента на практических занятиях.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра физической реабилитации

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Физическая реабилитация

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«28» июня 2022 г., протокол № 13

Зав. кафедрой _____ **Шевцов А.В.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Шевцов А.В., д-р биол. наук, профессор, зав. каф. ФР
Терентьев Ф.В., канд. пед. наук, доцент каф. ФР
Старченко А.С. ст. преп. каф. ФР
Чекалина В.В. преп. каф. ФР

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе в 7 семестре по очной форме обучения, на 4 курсе в 8 семестре по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Реабилитация (восстановление)	ОПК-8. Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья
Компенсация	ОПК-9. Способен развивать компенсаторные возможности оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
Профилактика	ОПК-10. Способен 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).

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК 8	ОПК-8.1. Знает: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями.	ОПК-8.1. Знает: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями.
	ОПК-8.2. Умеет: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической	ОПК-8.2. Умеет: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической

	реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием	реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием
	ОПК-8.3. Имеет опыт: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.	ОПК-8.3. Имеет опыт: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.
ОПК 9	ОПК-9.1. Знает: -функции организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы; -современные методы развития компенсаторных функций организма при различных последствиях заболеваний и травм; -технологию формулировки цели и задач развития компенсаторных функций организма.;-способы оценки эффективности развивающей деятельности с целью компенсации утраченных функций.	ОПК-9.1. Знает: -функции организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы; -современные методы развития компенсаторных функций организма при различных последствиях заболеваний и травм; -технологию формулировки цели и задач развития компенсаторных функций организма.;-способы оценки эффективности развивающей деятельности с целью компенсации утраченных функций.
	ОПК-9.2. Умеет: - формулировать цель и задачи компенсаторной деятельности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - корректировать содержание и направленность компенсаторной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями организма человека.	ОПК-9.2. Умеет: - формулировать цель и задачи компенсаторной деятельности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - корректировать содержание и направленность компенсаторной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями организма человека.
	ОПК-9.3. Имеет опыт: - создания условий развития компенсаторных возможностей организма человека; - применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - анализа полученных результатов развития компенсаторных возможностей функций организма человека и соотнесения полученных результатов развития компенсаторных функций с поставленными целями и задачами.	ОПК-9.3. Имеет опыт: - создания условий развития компенсаторных возможностей организма человека; - применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - анализа полученных результатов развития компенсаторных возможностей функций организма человека и соотнесения полученных результатов развития компенсаторных функций с поставленными целями и задачами.
ОПК 10	ОПК-10.1. Знает: - факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного	ОПК-10.1. Знает: - факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного

	заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма.	заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма.
	ОПК-10.2. Умеет: - определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)	ОПК-10.2. Умеет: - определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)
	ОПК-10.3. Имеет опыт: - практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)	ОПК-10.3. Имеет опыт: - практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		54							54	
В том числе:										
Занятия лекционного типа		20							20	
Занятия практического типа		34							34	
Промежуточная аттестация (экзамен)		18							18	
Самостоятельная работа студента		72							72	
Общая трудоемкость	**часы**	**144**							144	
	зачетные единицы	**4**							4	

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		14								14
В том числе:										
Занятия лекционного типа		6								6
Занятия практического типа		8								8
Промежуточная аттестация (экзамен)		9								9
Самостоятельная работа студента		121								121
В том числе: контрольная работа		20								20
Общая трудоемкость	**часы**	**144**								144
	зачетные единицы	**4**								4

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Организационно-методические основы физической реабилитации.	Понятие о физической реабилитации. Историческая справка. Виды реабилитации. Физическая реабилитация, как составная часть комплексной реабилитации. Отличия физической реабилитации, от лечебной физической культуры. Общие и частные задачи физической реабилитации. Педагогические аспекты физической реабилитации (психологический, профессиональный, социально-экономический аспекты и тд.). Физиологически обоснованные педагогические принципы физической реабилитации. Общая характеристика средств физической реабилитации. Методы физической реабилитации при различных заболеваниях и повреждениях в зависимости от возраста и гендерных особенностей реабилитанта Факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания Периоды лечебной физической культуры (щадящий, функциональный и тренировочный). Режимы двигательной активности в стационарных условиях (постельный, полупостельный, свободный) и амбулаторных условиях (щадящий, щадяще-тренирующий, тренирующий). Способы дозирования физических нагрузок в процессе физической реабилитации. Индивидуальная программа реабилитации. Составные части реабилитационной программы.	Знает: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. -функции организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы; - современные методы развития компенсаторных функций организма при различных последствиях заболеваний и травм; -технологию формулировки цели и задач развития компенсаторных функций организм; способы оценки эффективности развивающей деятельности с целью компенсации утраченных функций. - факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма ; Умеет: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической

		Определение реабилитационного потенциала реабилитанта. Исходы реабилитации и оценка степени восстановления реабилитанта. Функции организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы. Механизм влияния физических упражнений на организм реабилитанта (тонизирующее, трофическое, нормализирующее и тд.). Методы оперативного и этапного контроля эффективности реабилитационной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп	реабилитации ; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием - формулировать цель и задачи компенсаторной деятельности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - корректировать содержание и направленность компенсаторной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями организма человека. - определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов); ; Имеет опыт: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования ; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании ; - создания условий развития компенсаторных возможностей организма человека; - применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - анализа полученных результатов развития компенсаторных возможностей функций организма человека и соотнесения полученных результатов развития компенсаторных функций с поставленными целями и задачами. - практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов); ;
2.	Частные методики физической реабилитации	Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы Физическая реабилитация при заболеваниях дыхательной системы.	Знает: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические

		Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения и органов мочевыделения. Физическая реабилитация при заболеваниях эндокринной системы. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы. Физическая реабилитация детей и подростков. Физическая реабилитация лиц зрелого, пожилого и старческого возраста Особенности занятий физическими упражнениями в период беременности, в родах, в послеродовой период Особенности занятий физическими упражнениями и лечебной физической культурой в процессе физической реабилитации лиц с онкологическими заболеваниями. Современные методики физической реабилитации	основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. -функции организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы; - современные методы развития компенсаторных функций организма при различных последствиях заболеваний и травм; -технологию формулировки цели и задач развития компенсаторных функций организма; способы оценки эффективности развивающей деятельности с целью компенсации утраченных функций. - факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма ; Умеет: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием - формулировать цель и задачи компенсаторной деятельности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - корректировать содержание и направленность компенсаторной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями организма человека. - определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания

			(дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов); Имеет опыт: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования ; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании; - создания условий развития компенсаторных возможностей организма человека; - применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - анализа полученных результатов развития компенсаторных возможностей функций организма человека и соотнесения полученных результатов развития компенсаторных функций с поставленными целями и задачами. - практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов);

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	Лекция №1. Организационно-методические основы физической реабилитации. План лекции: Понятие о физической реабилитации. Историческая справка. Виды реабилитации. Физическая реабилитация, как составная часть комплексной реабилитации. Отличия физической реабилитации, от лечебной физической культуры. Общие и частные задачи физической реабилитации. Педагогические аспекты физической реабилитации (психологический, профессиональный, социально-экономический аспекты и тд.). Физиологически обоснованные педагогические принципы физической реабилитации. Общая характеристика средств физической реабилитации. Методы физической реабилитации при различных заболеваниях и повреждениях в зависимости от возраста и гендерных особенностей реабилитанта Факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания	**2**
2.	Лекция №2. Организационно-методические основы физической реабилитации. План лекции: Периоды лечебной физической культуры (щадящий, функциональный и тренировочный).	**2**

	Режимы двигательной активности в стационарных условиях (постельный, полупостельный, свободный) и амбулаторных условиях (щадящий, щадяще-тренирующий, тренирующий). Способы дозирования физических нагрузок в процессе физической реабилитации. Индивидуальная программа реабилитации. Составные части реабилитационной программы. Определение реабилитационного потенциала реабилитанта. Исходы реабилитации и оценка степени восстановления реабилитанта. Функции организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы. Механизм влияния физических упражнений на организм реабилитанта (тонизирующее, трофическое, нормализирующее и тд.). Методы оперативного и этапного контроля эффективности реабилитационной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп	
3.	Лекция №3. Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии План лекции: Понятие о травме и травматической болезни. Травматический шок, причины, степени, краткая характеристика и принципы физической реабилитации Особенности травм у детей Механизм травм верхних и нижних конечностей. Механизм травм позвоночника. Оценка эффективности физической реабилитации при компрессионном переломе позвоночника. Повреждения мягких тканей, вывихах и подвывихах, повреждений связочного аппарата	**2**
4.	Лекция №4. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы План лекции: Анатомо-физиологические особенности функционирования сердечно-сосудистой системы у детей и у взрослых. Этиология и патогенез заболеваний сердечно-сосудистой системы Общие и частные задачи, принципы физической реабилитации лиц с заболеваниями сердечно-сосудистой системы на разных этапах реабилитации Толерантность к физической нагрузке и физической работоспособности, функциональные классы больного ишемической болезнью сердца Степень и формы гипертонической болезни, клиническое течение заболевания. Оценка эффективности реабилитационных мероприятий при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	**2**
5.	Лекция №5. Физическая реабилитация при заболеваниях дыхательной системы. Анатомо-физиологические особенности функционирования дыхательной системы Этиология и патогенез заболеваний дыхательной системы. Общие и частные задачи, принципы физической реабилитации лиц с хроническими неспецифическими заболеваниями легких на разных этапах реабилитации Оценка эффективности реабилитационных мероприятий при заболеваниях органов дыхания.	**2**
6.	Лекция №6. Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения и органов мочевыделения. План лекции: Анатомо-физиологические особенности функционирования органов пищеварения. Этиология и патогенез заболеваний органов пищеварения. Общие и частные задачи, принципы физической реабилитации лиц заболеваниями органов пищеварения и органов мочевыделения на разных этапах реабилитации Анатомо-физиологические особенности функционирования органов мочевыделения. Этиология и патогенез органов мочевыделительной системы. Оценка эффективности реабилитационных мероприятий при заболеваниях органов пищеварения и органов мочевыделения.	**2**
7.	Лекция №7. Физическая реабилитация при заболеваниях эндокринной системы. План лекции: Анатомо-физиологические особенности функционирования эндокринной системы. Этиология и патогенез заболеваний эндокринной системы. Общие и частные задачи, принципы физической реабилитации лиц заболеваниями эндокринной системы на разных этапах реабилитации Роль диетотерапии в реабилитации лиц с заболеваниями эндокринной системы. Профилактика заболеваний эндокринной системы. Особенности лечебного питания лиц с избыточной массой тела	**2**

	Оценка эффективности реабилитационных мероприятий при заболеваниях эндокринной системы.	
8.	Лекция №8. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы. План лекции: Анатомо-физиологические изменения при заболеваниях и повреждениях нервной системы Этиология и патогенез заболеваний нервной системы. Общие и частные задачи, принципы физической реабилитации лиц заболеваниями нервной системы на разных этапах реабилитации Нейродегенеративные заболевания головного мозга. Оценка эффективности реабилитационных мероприятий при заболеваниях нервной системы.	**2**
9.	Лекция №9. Физическая реабилитация детей и подростков, лиц зрелого, пожилого и старческого возраста План лекции: Особенности психомоторного развития детей первого года жизни. Старение и последовательность процессов онтогенеза. Основные физиологические особенности возрастных изменений у лиц пожилого возраста. Оценка эффективности реабилитационных мероприятий при врожденных заболеваниях у детей раннего возраста и подростов. Оценка эффективности реабилитационных мероприятий при заболеваниях у лиц зрелого, пожилого и старческого возраста.	**2**
10.	Лекция №10. Особенности занятий физическими упражнениями в период беременности, в родах, в послеродовой период План лекции: Основные изменения в организме женщины, происходящие в период беременности. Общие и частные задачи, принципы физической реабилитации в период беременности, в родах, в послеродовой период	**2**

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1.	Практическое занятие №1. Физическая реабилитация в травматологии *Вопросы для обсуждения:* Физическая реабилитация при переломах костей верхних конечностей и плечевого пояса. Методика физической реабилитации при переломе плечевой кости Методика физической реабилитации при переломе лучевой кости Методика физической реабилитации при переломе локтевой кости Методика физической реабилитации при переломе костей пястья, запястья, пальцев Методика физической реабилитации при переломе ключицы Методика физической реабилитации при переломе лопатки Методика физической реабилитации при переломе суставов верхнего плечевого пояса и пояса верхних конечностей	**2**
2.	Практическое занятие №2. Физическая реабилитация в травматологии *Вопросы для обсуждения:* Физическая реабилитация при переломах костей нижних конечностей. Методика физической реабилитации при переломе бедренной кости. Методика физической реабилитации при переломе большеберцовой кости. Методика физической реабилитации при переломе малой берцовой кости. Методика физической реабилитации при переломе костей плюсны, предплюсны, пальцев. Методика физической реабилитации при переломе суставов нижних конечностей	**2**
3.	Практическое занятие №3. Физическая реабилитация в травматологии *Вопросы для обсуждения:* Физическая реабилитация при переломах костей позвоночника и таза. Методика физической реабилитации при компрессионном переломе шейного отдела позвоночного столба Методика физической реабилитации при компрессионном переломе грудного отдела позвоночного столба Методика физической реабилитации при компрессионном переломе поясничного отдела позвоночного столба и копчика	**2**

	Методика физической реабилитации при переломе позвоночного столба с травмой спинного мозга, исходя из локализации Методика физической реабилитации при переломах таза.	
4.	Практическое занятие №4. Физическая реабилитация в травматологии *Вопросы для обсуждения:* Физическая реабилитация при травмах сухожильно-связочного аппарата. Методика физической реабилитации при вывихах и подвывихах верхних конечностей Методика физической реабилитации при вывихах и подвывихах нижних конечностей Методика физической реабилитации при повреждения связочного аппарата верхних конечностей Методика физической реабилитации при повреждения связочного аппарата нижних конечностей Методика физической реабилитации при повреждения связок спины Методика физической реабилитации при надрывах и ушибах мягких тканей	**2**
5.	Практическое занятие №5. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы *Вопросы для обсуждения:* Составление и проведение комплекса физических упражнений, с учетом нозологической и возрастной группы, гендерных особенностей реабилитанта. Методика физической реабилитации при атеросклерозе. Методика физической реабилитации при ишемической болезни сердца. Определение толерантности к физической нагрузке, физической работоспособности и функционального класса больного ИБС на разных этапах реабилитации.	**2**
6.	Практическое занятие №6. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы *Вопросы для обсуждения:* Методика физической реабилитации при инфаркте миокарда на стационарном, санаторном и амбулаторном этапах. Методика физической реабилитации при гипертонической болезни. Методика физической реабилитации при гипотонической болезни, нейроциркулярной и вегетососудистой дистонии Методика физической реабилитации при стенокардии Методика физической реабилитации при приобретенных пороках сердца Методика физической реабилитации при облитерирующем эндартериите и варикозном расширении вен нижних конечностей.	**2**
7.	Практическое занятие №7. Физическая реабилитация при заболеваниях дыхательной системы. *Вопросы для обсуждения:* Составление и проведение комплекса физических упражнений, с учетом нозологической и возрастной группы, гендерных особенностей реабилитанта. Дыхательная гимнастика Стрельниковой, Толкачева, Бутейко, Стрельцовой. Методика физической реабилитации при бронхиальной астме Методика физической реабилитации при эмфиземе легких Методика физической реабилитации при хронической обструктивной болезни легких	**2**
8.	Практическое занятие №8. Физическая реабилитация при заболеваниях дыхательной системы. *Вопросы для обсуждения:* Методика физической реабилитации при остром и хроническом бронхите Методика физической реабилитации при бронхоэктатической болезни Методика физической реабилитации при пневмонии Методика физической реабилитации при плевритах Методика физической реабилитации при пневмосклерозе	**2**
9.	Практическое занятие №9. Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения и органов мочевыделения. *Вопросы для обсуждения:* Методика физической реабилитации при гастритах с нормальной или повышенной секреторной функцией желудка. Патогенез хронического гастрита с секреторной недостаточностью. Методика физической реабилитации при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.	**2**

	Методика физической реабилитации при дисфункциях кишечника и желчевыводящих путей, энтероколитах. Методика физической реабилитации при опущениях органов брюшной полости Методика физической реабилитации при пиелонефрите и гломерулонефрите.	
10.	Практическое занятие №10. Физическая реабилитация при заболеваниях эндокринной системы. *Вопросы для обсуждения:* Методика физической реабилитации лиц с заболеванием эндокринной системы. Методика физической реабилитации лиц с избыточной массой тела Методика физической реабилитации лиц с ожирением	**2**
11.	Практическое занятие №11. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы. *Вопросы для обсуждения:* Методика физической реабилитации лиц с метаболическим синдромом Методика физической реабилитации при сахарном диабете различной степени. Методика физической реабилитации при подагре	**2**
12.	Практическое занятие №12. Физическая реабилитация при заболеваниях эндокринной системы. *Вопросы для обсуждения:* Методика поэтапной физической реабилитации лиц с церебро-васкулярной патологией Методика физической реабилитации при заболеваниях и травмах периферической нервной системы (неврит лицевого нерва, поражение плечевого сплетения, неврит локтевого нерва, неврит большеберцового и малоберцового нервов). Методика физической реабилитации при неврозах Методика физической реабилитации лиц перенесших острое нарушение мозгового кровообращения (инсульт ишемического и геморрагического типов). Методика физической реабилитации при прединсультном состоянии (транзиторная ишемическая атака). Методика физической реабилитации при рассеянном склерозе.	**2**
13.	Практическое занятие №13. Физическая реабилитация детей и подростков. *Вопросы для обсуждения:* Методика физической реабилитации при дисплазии тазобедренного сустава, подвывихе и вывихе бедер у детей раннего возраста на различных этапах реабилитации. Методика физической реабилитации при врожденной мышечной кривошее у детей первого года жизни. Методика физической реабилитации при врожденной косолапости у детей раннего возраста. Методика физической реабилитации заболеваний, ассоциируемых с пожилым и старческим возрастом.	**2**
14.	Практическое занятие №14. Физическая реабилитация лиц зрелого, пожилого и старческого возраста *Вопросы для обсуждения:* Методы исследования уровня здоровья лиц зрелого, пожилого и старческого возраста. Методика физической реабилитации заболеваний, ассоциируемых с пожилым и старческим возрастом	**2**
15.	Практическое занятие №15. Особенности занятий физическими упражнениями в период беременности, в родах, в послеродовой период *Вопросы для обсуждения:* Методика гимнастики в период беременности и в родах. Методика гимнастики в послеродовой период. Фитбол-гимнастика в период беременности и в послеродовой период. Аквааэробика и гидрореабилитация в период беременности и в послеродовой период.	**2**

16.	Практическое занятие №16. Особенности занятий физическими упражнениями и лечебной физической культурой в процессе физической реабилитации лиц с онкологическими заболеваниями. *Вопросы для обсуждения:* Методика физической реабилитации и лечебной физической культуры лиц разного возраста с онкологическими заболеваниями.	**2**
17.	Практическое занятие №17. Современные методики физической реабилитации *Вопросы для обсуждения:* Особенности проведения методика Бобат-терапии, PNF-терапии, механо-терапии при различных заболеваниях и травмах.	**2**

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	Лекция №1. Организационно-методические основы физической реабилитации. План лекции: Понятие о физической реабилитации. Историческая справка. Виды реабилитации. Физическая реабилитация, как составная часть комплексной реабилитации. Отличия физической реабилитации, от лечебной физической культуры. Общие и частные задачи физической реабилитации. Педагогические аспекты физической реабилитации (психологический, профессиональный, социально-экономический аспекты и тд.). Физиологически обоснованные педагогические принципы физической реабилитации. Общая характеристика средств физической реабилитации. Методы физической реабилитации при различных заболеваниях и повреждениях в зависимости от возраста и гендерных особенностей реабилитанта Факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания Периоды лечебной физической культуры (щадящий, функциональный и тренировочный). Режимы двигательной активности в стационарных условиях (постельный, полупостельный, свободный) и амбулаторных условиях (щадящий, щадяще-тренирующий, тренирующий). Представление характеристики периодов ЛФК и режимов двигательной активности Способы дозирования физических нагрузок в процессе физической реабилитации. Индивидуальная программа реабилитации. Составные части реабилитационной программы. Определение реабилитационного потенциала реабилитанта. Исходы реабилитации и оценка степени восстановления реабилитанта. Функции организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы. Механизм влияния физических упражнений на организм реабилитанта (тонизирующее, трофическое, нормализирующее и тд.). Методы оперативного и этапного контроля эффективности реабилитационной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп	**2**
2.	Лекция №2. Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии План лекции: Понятие о травме и травматической болезни. Травматический шок, причины, степени, краткая характеристика и принципы физической реабилитации Особенности травм у детей Механизм травм верхних и нижних конечностей. Механизм травм позвоночника. Оценка эффективности физической реабилитации при компрессионном переломе позвоночника. Повреждения мягких тканей, вывихах и подвывихах, повреждений связочного аппарата	**2**

3.	Лекция №3. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной и пищеварительной систем. План лекции: Анатомо-физиологические особенности функционирования сердечно-сосудистой системы у детей и у взрослых. Этиология и патогенез заболеваний сердечно-сосудистой системы Общие и частные задачи, принципы физической реабилитации лиц с заболеваниями сердечно-сосудистой системы на разных этапах реабилитации Толерантность к физической нагрузке и физической работоспособности, функциональные классы больного ишемической болезнью сердца Степень и формы гипертонической болезни, клиническое течение заболевания. Оценка эффективности реабилитационных мероприятий при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Анатомо-физиологические особенности функционирования дыхательной системы Этиология и патогенез заболеваний дыхательной системы. Общие и частные задачи, принципы физической реабилитации лиц с хроническими неспецифическими заболеваниями легких на разных этапах реабилитации Оценка эффективности реабилитационных мероприятий при заболеваниях органов дыхания. Анатомо-физиологические особенности функционирования органов пищеварения. Этиология и патогенез заболеваний органов пищеварения. Общие и частные задачи, принципы физической реабилитации лиц заболеваниями органов пищеварения на разных этапах реабилитации Оценка эффективности реабилитационных мероприятий при заболеваниях органов пищеварения.	**2**

ЗАНЯТИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	**Кол-во часов**
1.	Практическое занятие №1. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы. *Вопросы для обсуждения:* Методика поэтапной физической реабилитации лиц с церебро-васкулярной патологией Методика физической реабилитации при заболеваниях и травмах периферической нервной системы (неврит лицевого нерва, поражение плечевого сплетения, неврит локтевого нерва, неврит большеберцового и малоберцового нервов). Методика физической реабилитации при неврозах Методика физической реабилитации лиц перенесших острое нарушение мозгового кровообращения (инсульт ишемического и геморрагического типов). Методика физической реабилитации при прединсультном состоянии (транзиторная ишемическая атака). Методика физической реабилитации при рассеянном склерозе.	**2**
2.	Практическое занятие №2. Физическая реабилитация детей и подростков, лиц зрелого, пожилого и старческого возраста *Вопросы для обсуждения:* Методика физической реабилитации при дисплазии тазобедренного сустава, подвывихе и вывихе бедер у детей раннего возраста на различных этапах реабилитации. Методика физической реабилитации при врожденной мышечной кривошее у детей первого года жизни. Методика физической реабилитации при врожденной косолапости у детей раннего возраста. Методика физической реабилитации заболеваний, ассоциируемых с пожилым и старческим возрастом Методы исследования уровня здоровья лиц зрелого, пожилого и старческого возраста.	**2**

	Методика физической реабилитации заболеваний, ассоциируемых с пожилым и старческим возрастом.	
3.	Практическое занятие №3. Особенности занятий физическими упражнениями в период беременности, в родах, в послеродовой период *Вопросы для обсуждения:* Методика гимнастики в период беременности и в родах. Методика гимнастики в послеродовой период. Фитбол-гимнастика в период беременности и в послеродовой период. Аквазробика и гидрореабилитация в период беременности и в послеродовой период.	**2**
4.	Практическое занятие №4. Современные методики физической реабилитации *Вопросы для обсуждения:* Особенности проведения методика Бобат-терапии, PNF-терапии, механо-терапии при различных заболеваниях и травмах.	**2**

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Завьялова, Т. П. Физическая реабилитация дошкольников с нарушениями осанки и стопы средствами плавания : учебное пособие для вузов / Т. П. Завьялова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07422-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514961
2. Кальсина, В.В. Физическая реабилитация в неврологии : учебное пособие / В.В. Кальсина; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск, 2018. – 128 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Комплексная реабилитация, социальная интеграция, развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами хоккея-следж и настольного тенниса : учебное пособие / О.В. Ланская, А.Д. Лысов, Л.А. Сазонова, А.Э. Васильева. — Санкт-Петербург : Изд-во СПбГЭТУ «ЛЭТИ», 2022. — 167 с.— Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
4. Левенков, А.Е. Физические методы в комплексной реабилитации заболеваний и спортивных травм : учебное пособие / А.Е. Левенков ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. — 118 с. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
5. Спатаева, М. Х. Физическая реабилитация: профилактика миофасциального синдрома в силовых видах спорта : учебное пособие / М. Х. Спатаева, А. С. Лазаренко ; Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2017. – 108 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563140

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья : учебное пособие / Т. В. Андрюхина, Е. В. Кетриш, Н. В. Третьякова, К. Н. Бараковских ; под редакцией Т. В. Андрюхиной. — Екатеринбург : РГППУ, 2019. — 158 с. — ISBN 978-5-8050-0665-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/222386 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. 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, 2023. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08390-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/516453
3. Егорова, С. А. Физическая реабилитация : учебное пособие / С. А. Егорова, А. Л. Ворожбитова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2014. – 176 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457230
4. Основы физической реабилитации : учебник / А. Н. Налобина, Т. Н. Федорова, И. Г. Таламова, Н. М. Курч ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. – 328 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483418

5. Рачицкая, А.И. Адаптивная физическая культура детей с церебральным параличом : учебное пособие / А.И. Рачицкая. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2013. – 95 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. Ряпина, В. О. Основы физической реабилитации в адаптивной физической культуре. Курс лекций : учебное пособие / В. О. Ряпина. — Волгоград : ВГАФК, 2016. — 213 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/158084 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.

7. Сапего, А. В. Физическая реабилитация : учебное пособие / А. В. Сапего, О. Л. Тарасова, И. А. Полковников ; Кемеровский государственный университет, Кафедра медико-биологических основ физического воспитания и спортивных дисциплин. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 210 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278925

8. Серова, Н. Б. Основы физической реабилитации и физиотерапии : учебное пособие / Н. Б. Серова ; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2016. – 224 с. : схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695230

9. Стасюк, О. Н. Основы массажа и физической реабилитации при заболеваниях сердечно-сосудистой системы : учебное пособие / О. Н. Стасюк, С. Г. Фефелова. — Чита : ЗабГУ, 2018. — 155 с. — ISBN 978-5-9293-2206-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/271634 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.

10. Физическая реабилитация : учебник : в 2 т. Т. 1 / под ред. С. Н. Попова. - Москва : Академия, 2013. - 283, [1] с. : ил.

11. Физическая реабилитация : учебник : в 2 т. Т. 2 / под ред. С. Н. Попова. - Москва : Академия, 2013. - 303, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»,

необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №119** (1 этаж, нежилое помещение №28)– Специализированная мебель: Учебный стол-55 шт.; скамья-55 шт., письменный стол-2шт., стул 4 шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Epson EB-X41-1-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт. Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

2. **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №3** (1 этаж, нежилое помещение №8)– Специализированная мебель: Учебный стол-18 шт.; скамья-24 шт., письменный стол-1шт., стул-4шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual 220x220MW настенный-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur-1шт.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

3. **Помещение для проведения практических занятий - Зал АФК** (1этаж, нежилое помещение №15)- Оборудование: Зеркало 23,4 м.кв., инвалидная коляска "Динамика-М"-2шт., мяч волейбольный Mikasa MVA 200-2шт., набор для игры Бочча "NoName"-1шт., набор для Паралимпийского бочча (мячи)-1 шт., складной массажный стол "Перфект-190", 190x70x70-6 шт.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра физической реабилитации

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Лечебная физическая культура

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____**Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«28» июня 2022 г., протокол № 19

Зав. кафедрой _____Шевцов А.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Шевцов А.В., заведующий кафедрой физической реабилитации, д-р. биол. наук, профессор
Ивлев В.И., старший преподаватель кафедры физической реабилитации
Киргетова Н.А., преподаватель кафедры физической реабилитации

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе по очной форме обучения, на 5 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(зачет).***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Обучение	**ОПК-4.** Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся.
Реабилитация (восстановление)	**ОПК-8.** Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
Профилактика	**ОПК-10.** Способен 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).

2.1. ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ*:*

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-4	**ОПК – 4.1** Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и	**ОПК – 4.1** Знания: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные

	образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС. **ОПК-4.2.**Умеет: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; – оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении	слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС. **ОПК-4.2.** Умения: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; – оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и

	программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС. **ОПК-4.3.**Имеет опыт: -проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и	подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС. **ОПК-4.3** Навыки: -проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС.

	интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС	
ОПК- 8	**ОПК-8.1.**Знает: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. **ОПК-8.2.**Умеет: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием. **ОПК-8.3.**Имеет опыт: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.	**ОПК-8.1.**Знания: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. **ОПК-8.2.**Умения: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием. **ОПК-8.3.**Навыки: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.
ОПК-10	**ОПК-10.1.** Знает: - факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма. **ОПК-10.2.** Умеет: - определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на	**ОПК-10.1.** Знания: - факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма. **ОПК-10.2.** Умения: - определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение

	предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) **ОПК-10.3.**Имеет опыт: - практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)	прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) **ОПК-10.3.**Навыки: - практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		48							48	
В том числе:										
Занятия лекционного типа		22							22	
Занятия семинарского типа (практические занятия)		26							26	
Промежуточная аттестация (зачет)		6							6	
Самостоятельная работа студента		54							54	
Общая трудоемкость	**часы**	**108**							108	
	зачетные единицы	**3**							3	

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры									
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися		10								10		
В том числе:												
Занятия лекционного типа		4								4		
Занятия семинарского типа (практические занятия)		6								6		
Промежуточная аттестация (зачет)		4								4		
Самостоятельная работа студента		94								94		
Выполнение контрольной работы		10								10		
Общая трудоемкость	**часы**	**108**								108		
	зачетные единицы	**3**								3		

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	История развития и содержание лечебной физической культуры	- история лечебной физической культуры: возникновение, становление и развитие лечебной физической культуры в России и за рубежом; - теоретические основы лечебной физической культуры; - понятие о лечебной физической культуре; - задачи лечебной физической культуры; культуры; - значение лечебной физической культуры в восстановлении здоровья и работоспособности лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.	Знания: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической

			реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями; - факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма. Умения: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной

			систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС; - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием; - определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Навыки: - проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения

			тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС; - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании; - практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).
2.	Лечебная физическая культура в системе медицинской реабилитации	- система реабилитационных мероприятий; - особенности метода лечебной физической культуры; - клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений; - механизмы регуляции физиологических функций при воздействии физических средств реабилитации; - формы лечебной физической культуры; - периоды лечебной физической культуры и соответствующие им режимы двигательной активности; - средства лечебной физической культуры; - классификация физических упражнений; - требования к методике	Знания: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической

		применения физических упражнений; - способы дозировки физической нагрузки; - оценка воздействия физических упражнений и эффективности применения лечебной физической культуры.	подготовленности в ИВАС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями; - факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма. Умения: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм

			ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС; - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием; - определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Навыки: -проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного

			процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС; - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании; - практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).
3.	Лечебная физическая культура в ортопедии	- Методики лечебной физической культуры при нарушениях осанки; - Методики лечебной физической культуры при сколиозах; - Методика лечебной физической культуры при деформациях стопы; - Методика лечебной физической культуры при остеохондрозе позвоночника.	Знания: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта

			текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями; - факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма. Умения: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики

			психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС; - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием; - определить наиболее значимые мишени

			профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Навыки: -проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС; - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании; - практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).
4.	Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	- Методика лечебной физической культуры при ишемической болезни сердца; - Методика лечебной физической культуры при остром инфаркте миокарда. Периоды реабилитации лиц, перенесших инфаркт миокарда; - Методика лечебной физической культуры	Знания: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в

		при атеросклерозе; - Методика лечебной физической культуры при артериальной гипертензии; - Методика лечебной физической культуры при гипотензии.	возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями; - факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма. Умения: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с

			помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС; - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и

			травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием; - определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Навыки: -проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС; - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании; - практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).

5.	Лечебная физическая культура при заболеваниях дыхательной системы	- Методика лечебной физической культуры при бронхиальной астме; - методика лечебной физической культуры при бронхите и бронхоэктатической болезни; - методика лечебной физической культуры при пневмонии.	Знания: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями; - факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы

			прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма. Умения: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств

			занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС; - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием; - определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Навыки: -проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС; - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической реабилитации в

			зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании; - практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).
6.	Лечебная физическая культура при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и нарушениях обмена веществ	- Методика лечебной физической культуры при гастрите; - методика лечебной физической культуры при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки; - методика лечебной физической культуры при опущении внутренних органов; - методика лечебной физической культуры при сахарном диабете; - методика лечебной физической культуры при ожирении.	Знания: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной)

			деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями; - факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма. Умения: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ,

			гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС; - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием; - определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Навыки: -проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных

			физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС; - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании; - практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).
7.	Лечебная физическая культура в акушерстве и гинекологии	- методика лечебной физической культуры в период беременности, родов, послеродовой период; - методика лечебной физической культуры при гинекологических заболеваниях.	Знания: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели

			физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями; - факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма. Умения: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств

			спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС; - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием; - определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного

			заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Навыки: -проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС; - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании; - практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. История развития и содержание лечебной физической культуры.	2
2.	Лекция № 2. Лечебной физическая культура в системе медицинской реабилитации.	2
3.	Лекция № 3. Лечебная физическая культура при нарушениях осанки и сколиозах.	2
4.	Лекция № 4. Лечебная физическая культура при остеохондрозе позвоночника.	2
5.	Лекция № 5. Лечебная физическая культура при деформациях стопы.	2
6.	Лекция № 6. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	2
7.	Лекция № 7. Лечебная физическая культура при заболеваниях дыхательной системы.	2
8.	Лекция № 8. Лечебная физическая культура при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.	2
9.	Лекция № 9. Лечебная физическая культура при нарушениях обмена веществ.	2
10.	Лекция № 10. Лечебная физическая культура в акушерстве.	2
11.	Лекция № 11. Лечебная физическая культура в гинекологии.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Практическое занятие № 1. Основные средства и методы лечебной физической культуры в ортопедии.	2
2.	Практическое занятие № 2. Методики лечебной физической культуры при нарушениях осанки и сколиозах.	2
3.	Практическое занятие № 3. Методика лечебной физической культуры при остеохондрозе позвоночника.	2
4.	Практическое занятие № 4. Методика лечебной физической культуры при деформациях стопы.	2
5.	Практическое занятие № 5. Особенности применения физических упражнений, средств и методов лечебной физической культуры при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	2
6.	Практическое занятие № 6. Методика лечебной физической культуры при ишемической болезни.	2
7.	Практическое занятие № 7. Методика лечебной физической культуры при артериальной гипертензии.	2
8.	Практическое занятие № 8. Средства, формы и методы лечебной физической культуры при заболеваниях дыхательной системы.	2
9.	Практическое занятие № 9. Методика лечебной физической культуры при бронхиальной астме.	2
10.	Практическое занятие № 10. Основные средства и методы лечебной физической культуры при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.	2
11.	Практическое занятие № 11. Особенности применения физических упражнений при сахарном диабете и ожирении.	2
12.	Практическое занятие № 12. Практическое применение физических упражнений, средств и методов лечебной физической культуры в период беременности, родов, послеродовой период.	2
13.	Практическое занятие № 13. Особенности методики лечебной физической культуры при гинекологических заболеваниях.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. История развития и содержание лечебной физической культуры. Лечебная физическая культура в ортопедии.	2
2.	Лекция № 2. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систем.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Практическое занятие № 1. Основные средства и методы лечебной физической культуры в ортопедии.	2
2.	Практическое занятие № 2. Особенности применения физических упражнений, средств и методов лечебной физической культуры при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систем.	2
3.	Практическое занятие № 3. Основные средства и методы лечебной физической культуры при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и нарушениях обмена веществ.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Вайнер, Э.Н. Лечебная физическая культура : учебник. - Москва :Кнорус, 2018. - 345 с. : ил.
2. Карасёва, Т.В. Лечебная физическая культура при заболеваниях нервной системы : учебное пособие / Т.В. Карасёва, А.С. Махов, С.Ю. Толстова. - Москва : ИНФРА-М, 2021. - 163 с. : ил.
3. Лечебная физическая культура при терапевтических заболеваниях : учебное пособие / Т.В. Карасёва, А.С. Махов, А.И. Замогильнов, С.Ю. Толстова. - Москва : ИНФРА-М, 2021. - 157 с.
4. Лечебная физическая культура при заболеваниях людей пожилого возраста : учебное пособие / Т.В. Карасёва, А.С. Махов, А.И. Замогильнов [и др.]. - Москва : ИНФРА-М, 2021. - 218 с.
5. Лечебная физическая культура при заболеваниях детского возраста : учебное пособие / Т.В. Карасёва, А.С. Махов, А.И. Замогильнов, С.Ю. Толстова. - Москва : ИНФРА-М, 2021. - 222 с. : табл.
6. Смирнов, Г.И. Основы лечебной физической культуры в травматологии и ортопедии : учебное пособие / Г.И. Смирнов, Д.И. Шадрин; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. – 173 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
7. Смирнов, Г.И. Основы лечебной физической культуры в терапии : учебное пособие / Г.И. Смирнов, В.Ф. Лутков, Д.И. Шадрин; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. – 190 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
8. Смирнов, Г.И. Методы оценки функционального состояния на занятиях лечебной физической культурой : учебное пособие. - СПб. : [б. и.], 2018. – 62 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Артамонова, Л.Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учебное пособие. - Москва : ВЛАДОС, 2014. - 389 с.
2. 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, 2023. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08390-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/516453
3. Ериков, В.М. Комплексная профилактика заболеваний и реабилитация лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья : учебное пособие / В.М. Ериков, А.А. Никулин, Т.В. Иванникова; Рязанский государственный университет им. С.А. Есенина. - 3-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2021. - 190 с. : ил.
4. Лечебная физкультура и массаж в комплексной реабилитации спортсменов : учебное пособие / О.Б. Крысюк, В.Ф. Лутков, Г.И. Смирнов, Д.И. Шадрин. - СПб. : [б. и.], 2014. – 105 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Епифанов, В.А. Лечебная физическая культура : учебное пособие / В.А. Епифанов. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2014. - 566 с. : ил.

6. Лечебная физическая культура при заболеваниях суставов : [учебное пособие] / под ред. В. А. Маргазина, Е. Е. Ачкасова, А. В. Коромыслова. - Санкт-Петербург :СпецЛит, 2017. - 222, [1] с.
7. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систем : [учебное пособие] / под ред. В. А. Маргазина, А. В. Коромыслова. - Санкт-Петербург :СпецЛит, 2015. - 234 с. : ил.
8. Лечебная физическая культура : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / под ред. С. Н. Попова. - 11-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 412, [1] с. : ил.
9. Мартынихин, В.С. Лечебная физкультура и врачебный контроль у неврологических больных с разными формами двигательных расстройств : учебное пособие. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2016. – 210 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
10. 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, 2023. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514910
11. Смирнов, Г.И. Лечебная физическая культура в травматологии и ортопедии : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 117 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
12. Смирнов, Г.И. Лечебная физическая культура в терапии : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 130 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
13. Токарь, Е. В. Лечебная физическая культура : учебное пособие / Е. В. Токарь ; составитель Е. В. Токарь. — Благовещенск : АмГУ, 2018. — 76 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/156562. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
14. Усанова, А.А. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины : учебное пособие. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2017. - 253, [1] с. : ил.
15. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/519540

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://urait.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/

- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://www.diss.rsl.ru/
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link isexternal)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

1. **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №119** (1 этаж, нежилое помещение №28)– Специализированная мебель: Учебный стол-55 шт.; скамья-55 шт., письменный стол-2шт., стул 4 шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Epson EB-X41-1-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт.
Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

2. **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №3** (1 этаж, нежилое помещение №8)– Специализированная мебель: Учебный стол-18 шт.; скамья-24 шт., письменный стол-1шт., стул-4шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual 220x220MW настенный-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur-1шт.
Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

3. **Помещение для проведения практических занятий - Зал АФК** (1этаж, нежилое помещение №15)- Оборудование: Зеркало 23,4 м.кв., инвалидная коляска "Динамика-М"-2шт., мяч волейбольный Mikasa MVA 200-2шт., набор для игры Бочча "NoName"-1шт., набор для Паралимпийского бочча (мячи)-1 шт., складной массажный стол "Перфект-190", 190x70x70-6 шт.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра физической реабилитации

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Психология болезни и инвалидности

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«28» июня 2022 г., протокол № 19

Зав. кафедрой _____ **Шевцов А.В.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Колчев А.И., д-р. мед. наук., профессор, профессор кафедры физической реабилитации
Старченко А.С., старший преподаватель кафедры физической реабилитации

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе в 7 семестре по очной форме обучения, на 5 курсе в 9 семестре по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Воспитание	**ОПК-6.** Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться.
Развитие	**ОПК-7.** Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций
Планирование	**ОПК-13.** Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся

2.1. ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-6	ОПК-6.1. Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; -санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; -	ОПК-6.1. Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; -санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы

	гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус». ОПК-6.2. Умеет: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; -определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по	рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус». ОПК-6.2. Умеет: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; - определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.

	общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. ОПК-6.3. Имеет опыт: - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - применения методик оценки физического развития детей и подростков; - использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся; - владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе, трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами; - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.	ОПК-6.3. Имеет опыт: - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - применения методик оценки физического развития детей и подростков; - использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся; - владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе, трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами; - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.
ОПК-7	ОПК-7.1. Знает: - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; ОПК-7.2. Умеет: -учитывать закономерности и факторы физического и психического	ОПК-7.1. Знает: - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; ОПК-7.2. Умеет: -учитывать закономерности и факторы физического и психического

	развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций; ОПК-7.3. Имеет опыт: - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; - планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии;	развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций; ОПК-7.3. Имеет опыт: - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии;
ОПК-13	ОПК-13.1. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; - биомеханические особенности опорно- двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; − химический состав организма человека; − возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; − особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различного пола и возраста в	ОПК-13.1. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; − химический состав организма человека; − возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; − особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различного пола и возраста в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и

	покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе, психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании,	процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе, психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - средства и методы

	подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВАС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВАС. ОПК-13.2. Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; − выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; − описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и	физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВАС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВАС. ОПК-13.2. Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; − выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; − описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и

	вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВАС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВАС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВАС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВАС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий. ОПК-13.3. Имеет опыт: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по	величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВАС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВАС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВАС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВАС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий. ОПК-13.3. Имеет опыт: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВАС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования

	гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВАС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.	внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		44							44	
В том числе:										
Занятия лекционного типа		18							18	
Занятия практического типа		26							26	
Промежуточная аттестация (зачет)		6							6	
Самостоятельная работа студента		58							58	
Общая трудоемкость	**часы**	**108**							108	
	зачетные единицы	**3**							3	

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		12									12
В том числе:											
Занятия лекционного типа		4									4
Занятия практического типа		8									8
Промежуточная аттестация (зачет)		4									4
Самостоятельная работа студента		92									92
В том числе: контрольная работа		20									20
Общая трудоемкость	**часы**	**108**									108
	зачетные единицы	**3**									3

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Психология болезни	- понятия «здоровье» и «болезнь»; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; -закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления; -основные факторы, определяющие внутреннюю картину болезни -влияние болезненных процессов на психические функции человека; -основные понятия возрастной психологии (психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста); - психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации; - способы формирования у занимающихся установки на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.	ОПК-6.1. Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; - санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус». ОПК-6.2. Умеет: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; -определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - формировать у занимающихся

			установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. ОПК-6.3. Имеет опыт: - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - применения методик оценки физического развития детей и подростков; - использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся; - владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе, трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами; - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом. ОПК-7.1. Знает: - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; ОПК-7.2. Умеет: -учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций; ОПК-7.3. Имеет опыт: - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии; ОПК-13.1. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; - биомеханические особенности опорно- двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; − химический состав

			организма человека; − возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; − особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различного пола и возраста в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе, психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВАС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВАС. ОПК-13.2. Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; -

			применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; − выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; − описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВАС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВАС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВАС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВАС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий. ОПК-13.3. Имеет опыт: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики,

			подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВАС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
2.	Психология инвалидности.	- понятие инвалидности, роль стигматизации в субъективном переживании ограничения возможностей; - психологические феномены при инвалидности; - дезадаптация у лиц с ограниченными возможностями; - инвалидизация как тяжелый стресс; - механизмы психологической защиты и копинг-стратегии при инвалидности; - суицидальное поведение лиц с ограниченными возможностями; -инвалидизация вследствие опухолевых процессов и пролиферативных заболеваний.	ОПК-6.1. Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; - санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус». ОПК-6.2. Умеет: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; -определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять

			общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. ОПК-6.3. Имеет опыт: - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - применения методик оценки физического развития детей и подростков; - использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся; - владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе, трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами; - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом. ОПК-7.1. Знает: - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; ОПК-7.2. Умеет: -учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций; ОПК-7.3. Имеет опыт: - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии; ОПК-13.1. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; - биомеханические

			особенности опорно- двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; − химический состав организма человека; − возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; − особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различного пола и возраста в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе, психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВАС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВАС. ОПК-13.2.

			Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; − выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; − описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВАС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВАС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВАС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВАС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий. ОПК-13.3. Имеет опыт: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и

			движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВАС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
3.	Исследование психосоматических феноменов в истории науки. Виды и механизмы формирования зависимостей при инвалидности.	- понятие о феномене психосоматического заболевания. - патогенетические особенности формирования зависимостей; - биологические механизмы формирования зависимостей при инвалидности; - личностные факторы формирования химических и нехимических зависимостей при инвалидности; - роль социальных факторов в формировании аддиктивного поведения при инвалидности; - деструктивная сущность аддиктивного поведения, этапы его формирования.	ОПК-6.1. Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; - санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус». ОПК-6.2. Умеет: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; -определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной

			работе в спортивных коллективах; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. ОПК-6.3. Имеет опыт: - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - применения методик оценки физического развития детей и подростков; - использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся; - владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе, трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами; - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом. ОПК-7.1. Знает: - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; ОПК-7.2. Умеет: -учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций; ОПК-7.3. Имеет опыт: - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии; ОПК-13.1. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста,

			критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; - биомеханические особенности опорно- двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; − химический состав организма человека; − возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; − особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различного пола и возраста в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе, психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВАС; - методики обучения технике спортивных дисциплин

			(упражнений) в ИВАС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВАС. ОПК-13.2. Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; − выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; − описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВАС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВАС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВАС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВАС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий. ОПК-13.3.

			Имеет опыт: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВАС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
4.	Методы психокоррекции, применяемые у пациентов с ограниченными возможностями здоровья.	- химические и нехимические зависимостей у лиц с ограниченными возможностями; -особенности формирования нехимических аддикций, возникающих в разные возрастные периоды и приводящие к социальной дезадаптации; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации у лиц с ограниченными возможностями здоровья; --основные методы психотерапии; - психодинамическое направление; - когнитивно-поведенческое направление психотерапии; - *другие виды психотерапии.*	ОПК-6.1. Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; - санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус». ОПК-6.2. Умеет: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; -определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности

			различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. ОПК-6.3. Имеет опыт: - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - применения методик оценки физического развития детей и подростков; - использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся; - владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе, трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами; - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом. ОПК-7.1. Знает: - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; ОПК-7.2. Умеет: -учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций; ОПК-7.3. Имеет опыт: - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола,

			нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии; ОПК-13.1. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; - биомеханические особенности опорно- двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; − химический состав организма человека; − возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; − особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различного пола и возраста в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе, психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике,

			плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВАС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВАС. ОПК-13.2. Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; − выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; − описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВАС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВАС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВАС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - планировать

			содержание учебно-тренировочных занятий по ИВАС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий. ОПК-13.3. Имеет опыт: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВАС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Психология болезни. Понятия «здоровье» и «болезнь». Основные факторы, определяющие внутреннюю картину болезни. Влияние болезненных процессов на психические функции человека.	2
2.	Лекция №2. Возрастная психология (психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста). Психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации.	2
3.	Лекция №3. Способы формирования у занимающихся установки на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. Составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие. Закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления.	2
4.	Лекция № 4. Психология инвалидности. Понятие инвалидности, роль стигматизации в субъективном переживании ограничения возможностей. Инвалидизация как тяжелый стресс.	2
5.	Лекция № 5. Механизмы психологической защиты и копинг-стратегии при инвалидности. Виды и механизмы формирования зависимостей при инвалидности.	2
6.	Лекция № 6. Инвалидизация вследствие опухолевых процессов и пролиферативных заболеваний. Суицидальное поведение лиц с ограниченными возможностями.	2
7.	Лекция № 7. Психосоматические феномены в истории науки. Виды и механизмы формирования зависимостей при инвалидности.	2
8.	Лекция № 8. Деструктивная сущность аддиктивного поведения, этапы его формирования при инвалидности. Дезадаптация у лиц с ограниченными возможностями.	2

9.	Лекция № 9. Методы психокоррекции лиц с ограниченными возможностями здоровья. Другие виды психотерапии, применяемые у пациентов с ограниченными возможностями здоровья.	2

ЗАНЯТИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Практическое занятие № 1. Составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие. Способы формирования у занимающихся установки на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. Влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков. Использование приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.	2
2.	Практическое занятие № 2. Понятие инвалидности. Роль стигматизации в субъективном переживании ограничения возможностей. Закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья.	2
3.	Практическое занятие № 3. Дезадаптация у лиц с ограниченными возможностями. Инвалидизация как тяжелый стресс. Раскрытие понятий: «Личная тревожность», «Психическая неуравновешенность», «Асоциальность», «Общая активность», «Общительность», «Экстрапунитивная направленность» фрустрационных реакций.	2
4.	Практическое занятие № 4. Роль социальных факторов в формировании аддиктивного поведения при инвалидности. Проведение теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх. Мероприятия по социально-бытовой и социально-средовой адаптаций.	2
5.	Практическое занятие № 5. Патогенетические особенности формирования зависимостей у лиц с ограниченными возможностями здоровья. Современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп.	2
6.	Практическое занятие № 6. Биологические механизмы формирования зависимостей при инвалидности. Отличие привыкания от зависимости.	2
7.	Практическое занятие № 7. Личностные факторы формирования химических и нехимических зависимостей при инвалидности. Аддиктология. Факторы препятствующие решению проблем зависимостей. Факторы способствующие решению проблем зависимостей. Симптоматика зависимости.	2
8.	Практическое занятие № 8. Деструктивная сущность аддиктивного поведения, этапы его формирования. Этапы становления аддиктивного поведения и его профилактика. Первичная, вторичная и третичная профилактика.	2
9.	Практическое занятие № 9. Понятие о феномене психосоматического заболевания. Определение понятия психосоматических расстройств. Раскрытие термина «психосоматический» в широком и узком смысле. Классификация психосоматических расстройств.	2
10.	Практическое занятие № 10. Патогенетические особенности формирования зависимостей. Роль дофамина, норадреналина и серотонина в формировании зависимостей.	2
11.	Практическое занятие № 11. Механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации у лиц с ограниченными возможностями здоровья. Мотивационная концепция С.Шварца.	2
12.	Практическое занятие № 12. Особенности формирования нехимических аддикций, возникающих в разные возрастные периоды и приводящие к социальной дезадаптации. Общая нейробиология возникновения нехимических аддикций. Классификация нехимических аддикций.	2

13.	Практическое занятие № 13. Основные методы психотерапии, применяемые у лиц с ограниченными возможностями здоровья. Основные направления психологического сопровождения лиц с ограниченными возможностями здоровья. Психологический реабилитационный потенциал.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Психология болезни. Психология инвалидности. Понятия «здоровье» и «болезнь». Основные факторы, определяющие внутреннюю картину болезни. Влияние болезненных процессов на психические функции человека.	2
2.	Лекция № 2. Роль социальных факторов в формировании аддиктивного поведения при инвалидности. Методы психокоррекции лиц с ограниченными возможностями здоровья. Проведение теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх. Мероприятия по социально-бытовой и социально-средовой адаптаций.	2

ЗАНЯТИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Практическое занятие № 1. Механизмы формирования зависимостей при инвалидности. Психосоматические феномены в истории науки. Роль социальных факторов в формировании аддиктивного поведения при инвалидности.	2
2.	Практическое занятие № 2. Основные методы психотерапии у пациентов с ограниченными возможностями здоровья. Основные направления психологического сопровождения лиц с ограниченными возможностями здоровья. Психологический реабилитационный потенциал.	2
3.	Практическое занятие № 3. Патогенетические особенности формирования зависимостей. Роль дофамина, норадреналина и серотонина в формировании зависимостей.	2
4.	Практическое занятие № 4. Особенности формирования нехимических аддикций, возникающих в разные возрастные периоды и приводящие к социальной дезадаптации Аддиктология. Факторы препятствующие решению проблем зависимостей. Факторы способствующие решению проблем зависимостей. Симптоматика зависимости.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Колчев, А.И. Психология болезни и инвалидности : учебное пособие / А.И. Колчев, А.В. Шевцов, Б.Б. Ершов; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб. : ПОЛИТЕХ-ПРЕСС, 2018. - 94 с.
2. Кузнецова, Ж.В. Психология болезни и инвалидности : учебное пособие / Ж.В. Кузнецова; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. - Малаховка : [б. и.], 2017. – 168 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Поддубный, С.К. Психология болезни и инвалидности : учебное пособие / С.К. Поддубный, С.Г. Куртев ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2015. – 247 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483423

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Введение в психологию инвалидности : учебник / Российская академия образования ; Московский психолого-социальный институт ; под ред. О. В. Красновой. - Москва : Изд-во МПСИ ; Воронеж : НПО"МОДЭК", 2011. - 333 с. : ил.
2. Гусейнов, А.Ш. Психология болезни и инвалидности : учеб. пособие / А.Ш. Гусейнов; Федеральное агентство по физ. культуре и спорту, Кубанский гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, Краснодар. - Краснодар : КГУФКСТ, 2008. - 383 с.
3. Коган, О. С. Особенности психологии болезни и инвалидности / О. С. Коган, С. Д. Галиуллина ; Уфимский государственный университет экономики и сервиса (УГУЭС), Кафедра «История, психология, педагогика» [и др.]. – Уфа : Уфимский государственный университет экономики и сервиса, 2015. – 72 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=445135
4. Колесник, Н.Т. Клиническая психология : учебник / Н.Т. Колесник, Е.А. Орлова; под ред. Г. И. Ефремовой. - 3-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2019. - 359 с. : ил.
5. Орлова, Е.А. Клиническая психология : учебник / Е.А. Орлова, Н.Т. Колесник; под ред. Г. И. Ефремовой. - М. : Юрайт, 2012. - 363 с. : ил.
6. Специальная психология : учебное пособие / под ред. Л. М. Шипицыной . - Москва : Юрайт, 2018. - 286, [1] с. : ил.
7. Специальная психология : учебник / под ред. В. И. Лубовского. - 6-е изд., испр. и доп. - М. : Академия, 2009. - 557 с.
8. Фролова, Ю.Г. Медицинская психология : учебник / Ю.Г. Фролова. – Минск : Вышэйшая школа, 2016. – 432 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=477464

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

1. **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №119** (1 этаж, нежилое помещение №28)– Специализированная мебель: Учебный стол-55 шт.; скамья-55 шт., письменный стол-2шт., стул 4 шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Epson EB-X41-1-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт.
Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.
2. **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №3** (1 этаж, нежилое помещение №8)– Специализированная мебель: Учебный стол-18 шт.; скамья-24 шт., письменный стол-1шт., стул-4шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual 220x220MW настенный-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur-1шт.
Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.
3. **Помещение для проведения практических занятий - Зал АФК** (1этаж, нежилое помещение №15)- Оборудование: Зеркало 23,4 м.кв., инвалидная коляска "Динамика-М"-2шт., мяч волейбольный Mikasa MVA 200-2шт., набор для игры Бочча "NoName"-1шт., набор для Паралимпийского бочча (мячи)-1 шт., складной массажный стол "Перфект-190", 190x70x70-6 шт.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра комплексной реабилитации

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Комплексная реабилитация больных и инвалидов

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 - «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль)
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02. Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«28» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ Мельничук Н.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Профессор к.м.н. доцент Мельничук Н.В.
Преподаватель Витенко Ю.Э.

Санкт-Петербург, 2022

1.МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина «Комплексная реабилитация больных и инвалидов» изучается на 4 курсе по очной форме обучения, на 5 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(зачет).***

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Профессиональные компетенции	
ОПК-8 - Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья; ОПК-9 - Способен развивать компенсаторные возможности оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья. ОПК-10 - Способен 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).	

2.1. ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-8 Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья	Знает: - Основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями.	Знания: - Основных понятий, используемых в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающихся видов заболеваний и повреждений; - особенностей реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенностей реабилитации при различных видах инвалидности; - основ биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности и материально технического обеспечения в физической реабилитации; - психологических особенностей занимающихся физическими упражнениями. **Умения** - Выделять средства, формы и методы физической реабилитации

	Умеет: - Выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием Имеет опыт: - Применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.	при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием-Использовать тренажеры, оборудование, комплексы по функциональной подготовке, диагностике и реабилитации спортсменов **Навыки**: - Применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.
ОПК- 9 - Способен развивать компенсаторные возможности оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека для различных нозологических	Знает: -Функции организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы; - современные методы развития компенсаторных функций организма при различных	**Знания:** -Функций организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы; - современных методов развития компенсаторных функций организма при различных последствиях заболеваний и травм;

форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	последствиях заболеваний и травм; -технологию формулировки цели и задач развития компенсаторных функций организма.;-способы оценки эффективности развивающей деятельности с целью компенсации утраченных функций. Умеет: - Формулировать цель и задачи компенсаторной деятельности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - корректировать содержание и направленность компенсаторной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями организма человека. Имеет опыт: - Создания условий развития компенсаторных возможностей организма человека; - применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - анализа полученных результатов развития компенсаторных возможностей функций организма человека и соотнесения полученных результатов развития компенсаторных функций с поставленными целями и задачами.	-технологий формулировки цели и задач развития компенсаторных функций организма.;-способов оценки эффективности развивающей деятельности с целью компенсации утраченных функций. **Умения:** - Формулировать цель и задачи компенсаторной деятельности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - корректировать содержание и направленность компенсаторной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями организма человека. **Навыки:** - Создание условий развития компенсаторных возможностей организма человека; - применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - анализа полученных результатов развития компенсаторных возможностей функций организма человека и соотнесения полученных результатов развития компенсаторных функций с поставленными целями и задачами.
ОПК – 10 - Способен проводить комплексы физических упражнений, применять	Знает: - Факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и	**Знания** - Факторов риска, способствующих неблагоприятному развитию основного заболевания, и

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).	патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма; Умеет: - Определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) Имеет опыт: - Практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).	патогенетических механизмов прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимых мишеней профилактического воздействия; - видов физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма; **Умения:** - Определять наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подбирать и осуществлять на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) **Навыки:** - Практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).

2. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		**Всего часов**	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**48**								48
В том числе:										
Занятия лекционного типа		**18**								18
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)		**26**								26
Промежуточная аттестация (зачет)		**6**								6
Самостоятельная работа студента		**58**								58
Общая трудоемкость	**часы**	**108**								108
	зачетные единицы	**3**								3

заочная форма обучения

Вид учебной работы		**Всего часов**	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**8**									8
В том числе:											
Занятия лекционного типа		**4**									4
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)		**6**									6
Промежуточная аттестация (зачет)		**4**									4
Самостоятельная работа студента		**94**									94
В том числе:											
Выполнение контрольной работы		**20**									20
Общая трудоемкость	**часы**	**108**									108
	зачетные единицы	**3**									3

3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

3.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Основы и принципы реабилитации .	История возникновения и развития комплексной реабилитации. Определение понятий «реабилитация», «гидрореабилитация, «адаптивное физическое воспитание», «адаптивный спорт», «инвалид». Значение, цели, задачи и основы комплексной реабилитации. Основные принципы комплексной реабилитации для лиц ОВЗ. Особенности реабилитации различных возрастных групп лиц ОВЗ. Основы ИПР. Принципы составления индивидуальных программ реабилитации (ИПР). Основные направления реабилитации: медицинская, физическая, психологическая, социальная, профессиональная (трудовая). Медицинская реабилитация – цели, задачи, этапы. Физическая реабилитация – цели, задачи, этапы, принципы применения в спорте. Психологическая реабилитация – цели и задачи. Принципы и средства психологической реабилитации. Общая характеристика методов психологической реабилитации. Методы оценки уровня интеллекта и личности пациента. Планирование и	Знает: - Основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. (ОПК-8) -Функции организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы; - современные методы развития компенсаторных функций организма при различных последствиях заболеваний и травм; -технологию формулировки цели и задач развития компенсаторных функций организма.;- способы оценки эффективности развивающей деятельности с целью компенсации утраченных функций. (ОПК-9) - Факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования

		провидение образовательных и профилактических программ. Социальная реабилитация - цели, задачи Принципы и средства социальной реабилитации. Общая характеристика методов социальной реабилитации. Методы и средства социальной реабилитации. Профессиональная (или трудовая) реабилитация - цели, задачи Принципы и средства профессиональной реабилитации. Общая характеристика методов профессиональной реабилитации. Методы и средства профессиональной реабилитации. Профессиональная (или трудовая) реабилитация в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.	основного заболевания (дефекта) организма; (ОПК-10) Умеет: - Выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием-Использовать тренажеры, оборудование, комплексы по функциональной подготовке, диагностике и реабилитации спортсменов (ОПК-8); - Формулировать цель и задачи компенсаторной деятельности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - корректировать содержание и направленность компенсаторной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями организма человека (ОПК-9); - Определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта)

			организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) (ОПК-10). Имеет опыт: - Применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании (ОПК-8); - Создания условий развития компенсаторных возможностей организма человека; - применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - анализа полученных результатов развития компенсаторных возможностей функций организма человека и соотнесения полученных результатов развития компенсаторных функций с поставленными целями и задачами (ОПК-9); - Практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) (ОПК-10).
2.	Этапы комплексной реабилитации.	Характеристика этапов комплексной реабилитации. Комплексная реабилитация на амбулаторном этапе в условиях поликлиники (диспансера) – цели, задачи, организация, методы. Особенности комплексной реабилитации на амбулаторном этапе в	Знает: - Основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной

		условиях врачебно-физкультурного диспансера. Комплексная реабилитация на амбулаторном этапе в условиях центра здоровья – цели, задачи, организация, методы. Комплексная реабилитация в палате стационара - цели, задачи, организация, методы. Особенности реабилитации в условиях стационара. Комплексная реабилитация в условиях общего и специализированного отделения. Комплексная реабилитация в отделении реабилитации. Задачи и цели комплексной реабилитации на санаторно-курортном этапе. Виды курортов.	активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. (ОПК-8) -Функции организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы; - современные методы развития компенсаторных функций организма при различных последствиях заболеваний и травм; -технологию формулировки цели и задач развития компенсаторных функций организма.;- способы оценки эффективности развивающей деятельности с целью компенсации утраченных функций. (ОПК-9) - Факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма; (ОПК-10) Умеет: - Выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической

			реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием-Использовать тренажеры, оборудование, комплексы по функциональной подготовке, диагностике и реабилитации спортсменов (ОПК-8); - Формулировать цель и задачи компенсаторной деятельности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - корректировать содержание и направленность компенсаторной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями организма человека (ОПК-9); - Определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) (ОПК-10). Имеет опыт: - Применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании

			(ОПК-8); - Создания условий развития компенсаторных возможностей организма человека; - применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - анализа полученных результатов развития компенсаторных возможностей функций организма человека и соотнесения полученных результатов развития компенсаторных функций с поставленными целями и задачами (ОПК-9); - Практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) (ОПК-10).
3.	Методы комплексной реабилитации и их содержание.	Общая характеристика методов комплексной реабилитации: физиотерапия, массаж, ЛФК, гидрореабилитация. Физическая сущность методов комплексной реабилитации. Биологическое действие методов комплексной реабилитации. Основные показания и противопоказания к применению методов комплексной реабилитации Определение понятия «физиотерапия». Задачи общей и частной физиотерапии. Воздействие физических факторов на организм: местное и общее. Классификация методов физиотерапии, их характеристика. Понятие «электролечение» и его виды. Показания и	Знает: - Основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. (ОПК-8) -Функции организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы; - современные методы развития компенсаторных функций организма при различных последствиях

		противопоказания к назначению физиотерапии. Основные параметры и принципы лечебного воздействия физиотерапевтических факторов. Аппаратное обеспечение и требования к выполнению процедур. Понятие «лечебная физкультура». Особенности метода ЛФК по сравнению с другими методами лечения. Общая характеристика методов ЛФК. Четыре механизма влияния физических упражнений и характеристика каждого механизма. Классификация методов ЛФК, их характеристика. Средства ЛФК и их содержание: упражнения, спортивно-прикладные упражнения, малоподвижные и спортивные игры, трудотерапия, естественные факторы природы. Показания и противопоказания к назначению ЛФК. Основные принципы действия ЛФК. Характеристика основной формы ЛФК– занятия лечебной гимнастикой. Характеристика лечебного массажа. Методы лечебного массажа. Особенности методик лечебного массажа. Общие показания и противопоказания к проведению лечебного массажа. Представление о видах лечебного массажа. Сочетание лечебного массажа с физиотерапией и ЛФК. Понятие о сегментарно-	заболеваний и травм; -технологию формулировки цели и задач развития компенсаторных функций организма.;- способы оценки эффективности развивающей деятельности с целью компенсации утраченных функций. (ОПК-9) - Факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма; (ОПК-10) Умеет: - Выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием-Использовать тренажеры, оборудование, комплексы по функциональной подготовке, диагностике и реабилитации спортсменов (ОПК-8); - Формулировать цель и задачи компенсаторной деятельности; - дифференцированно назначать

		рефлекторном массаже. Задачи и содержание «гидрореабилитации». Плавание в системе оздоровления и реабилитации человека. Адаптивное плавание. Методы и формы построения занятий по гидрореабилитации. Методические рекомендации по обучению плаванию. Спортивное плавание для лиц с ограниченными возможностями. Соревнования по плаванию среди инвалидов. Физкультурно-оздоровительные праздники. Прикладные способы плавания брасс на спине; плавание на боку; передвижение в воде полусидя; спиной вперед, работая переменно брасс (с вспомогательными средствами и без них). Передвижение в водной среде при условии совместного пребывания тренера и ребенка инвалида; положения тренера в воде при занятиях с ребенком-инвалидом. Работа на тренажерах подготовительные упражнения по освоению с водой; упражнения, направленные на начальное обучение плаванию, упражнения на дыхание; использование плавательных средств на занятиях при начальном обучении плаванию ребенка инвалида. Работа на тренажерах техника спуска в воду и подъема (выхода) из воды ребенка-инвалида. Обучение лиц с ОВЗ Обучение лиц с нарушением слухового	средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - корректировать содержание и направленность компенсаторной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями организма человека (ОПК-9); - Определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) (ОПК-10). Имеет опыт: - Применения профессиональной терминологии; - владения методами физической 43 реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании (ОПК-8); - Создания условий развития компенсаторных возможностей организма человека; - применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - анализа полученных результатов развития компенсаторных возможностей функций организма человека и соотнесения полученных результатов развития компенсаторных функций с поставленными целями и задачами (ОПК-9);

		анализатора, с нарушениями опорно-двигательного аппарата, с нарушениями интеллекта. Специальная подготовка специалистов по гидрореабилитации при работе с детьми ОВЗ.	- Практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) (ОПК-10).

3.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

очная форма обучения

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	***Содержание занятий лекционного типа***	***Кол-во часов***
1.	**Лекция № 1. История возникновения и развития комплексной реабилитации.** История возникновения и развития комплексной реабилитации. Определение понятия «реабилитация», ее значение в физической культуре и спорте. Цели, задачи и основы комплексной реабилитации. Основные принципы комплексной реабилитации. Особенности реабилитации различных возрастных групп. Основы ИПР. Принципы составления индивидуальных программ реабилитации (ИПР).	2
1	**Лекция № 2. Основные направления реабилитации. Основы и принципы комплексной реабилитации.** Основные направления реабилитации: медицинская, физическая, психологическая, социальная, профессиональная (трудовая). Медицинская реабилитация – цели, задачи, этапы. Физическая реабилитация – цели, задачи, этапы, принципы применения в спорте. Психологическая реабилитация. Психологическая реабилитация – цели и задачи. Принципы и средства психологической реабилитации. Общая характеристика методов психологической реабилитации. Методы оценки уровня интеллекта и личности пациента. Планирование и провидение образовательных и профилактических программ	2
1	**Лекция № 3. Социальная реабилитация.** Социальная реабилитация - цели, задачи Принципы и средства социальной реабилитации. Общая характеристика методов социальной реабилитации. Методы и средства социальной реабилитации.	2
1	**Лекция № 4. Профессиональная реабилитация.** Профессиональная (или трудовая) реабилитация - цели, задачи Принципы и средства профессиональной реабилитации. Общая характеристика методов профессиональной реабилитации. Методы и средства профессиональной реабилитации. Профессиональная (или трудовая) реабилитация в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.	2
1	**Лекция № 5. Комплексная реабилитация на амбулаторном этапе и в условиях стационара.** Комплексная реабилитация на амбулаторном этапе в условиях поликлиники (диспансера) и центра здоровья – цели, задачи, организация, методы..	2

	Комплексная реабилитация в условиях стационара: в палате, в условиях общего и специализированного отделения, отделения реабилитации.	
2	**Лекция № 6. Комплексная реабилитация на санаторно-курортном этапе.** Задачи и цели комплексной реабилитации на санаторно-курортном этапе. Виды курортов. основные сведения об современных курортных видах лечения. Частные методы и методики комплексной реабилитации	2
2	**Лекция № 7. Методы комплексной реабилитации и их содержание.** Общая характеристика методов комплексной реабилитации: физиотерапия, массаж, лечебная физкультура. Физическая сущность методов комплексной реабилитации. Биологическое действие методов комплексной реабилитации. Основные показания и противопоказания к применению методов комплексной реабилитации. Определение понятия «физиотерапия» и «физические факторы». Задачи общей и частной физиотерапии. Воздействие физических факторов на организм: местное и общее. Понятие «электролечение» и его виды.	2
3	**Лекция № 8. Основы физиотерапии в системе комплексной реабилитации.** Общая характеристика методов физиотерапия. Физическая сущность методов физиотерапии. Биологическое действие методов физиотерапии. Классификация методов физиотерапии, их характеристика. Показания и противопоказания к назначению физиотерапии. Основные параметры и принципы лечебного воздействия физиотерапевтических факторов. Аппаратное обеспечение и требования к выполнению процедур. Применение физиотерапии в практике физической культуры и спорта.	2
3	**Лекция № 9. Основы лечебной физкультуры в системе комплексной реабилитации. Гидрореабилитация в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.** Общая характеристика методов физиотерапия. Классификация методов физиотерапии, их характеристика. Показания и противопоказания к назначению физиотерапии. Основные параметры и принципы лечебного воздействия физиотерапевтических факторов. Применение физиотерапии в практике физической культуры и спорта. Плавание в системе оздоровления и реабилитации человека. Методы и формы построения занятий по гидрореабилитации для лиц с заболеваниями опорно-двигательной системы.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	***Содержание занятий практического типа***	***Кол-во часов***
1.	**Семинар № 1. История возникновения и развития комплексной реабилитации. Цели, задачи и основы комплексной реабилитации.** План: История возникновения и развития комплексной реабилитации. Определение понятия «реабилитация», ее значение в физической культуре и спорте. Цели, задачи и основы комплексной реабилитации. Основные принципы комплексной реабилитации. Особенности реабилитации различных возрастных групп. Основные направления реабилитации: медицинская, физическая, психологическая, социальная, профессиональная (трудовая). Медицинская реабилитация – цели, задачи, этапы. Физическая реабилитация – цели, задачи, этапы, принципы применения в спорте.	2

	Текущий контроль №1.	
1.	**Семинар № 2. Особенности реабилитации различных возрастных групп. Принципы составления индивидуальных программ реабилитации (ИПР).** План: Принципы и методы комплексной реабилитации при заболеваниях и патологических состояниях в различных возрастных группах. Физиологическое обоснование действия методов реабилитации при основных заболеваниях и патологических состояниях в различных возрастных группах. Понятие о ИПР. Принципы составления индивидуальных программ реабилитации (ИПР).	2
1.	**Семинар № 3.* Основы психологической, социальной и профессиональной реабилитации.** План: Психологическая реабилитация – цели и задачи. Принципы и средства психологической реабилитации. Общая характеристика методов психологической реабилитации. Методы оценки уровня интеллекта и личности пациента. Планирование и провидение образовательных и профилактических программ. Цели и задачи социальной реабилитации. Принципы и средства социальной реабилитации. Основные методы социальной реабилитации. Профессиональная (или трудовая) реабилитация в адаптивной физической культуре и спорте, ее значение. Принципы профессиональной реабилитации. Основные методы профессиональной реабилитации. **Текущий контроль №2.**	2*
2.	**Семинар № 4. Этапы комплексной реабилитации.** План: Характеристика этапов комплексной реабилитации. Средства комплексной реабилитации, их характеристика и применение при заболеваниях и травмах у спортсменов.	2
2.	**Семинар № 5. Комплексная реабилитация на амбулаторном этапе в условиях поликлиники и центра здоровья.** План: Комплексная реабилитация на амбулаторном этапе в условиях поликлиники (диспансера) – цели, задачи, организация, методы. Особенности комплексной реабилитации на амбулаторном этапе в условиях врачебно-физкультурного диспансера. Комплексная реабилитация на амбулаторном этапе в условиях центра здоровья – цели, задачи, организация, методы. Особенности реабилитации при заболеваниях и травмах у спортсменов. **Текущий контроль №3**.	2
2.	**Семинар № 6. Комплексная реабилитация в условиях стационара.** План: Комплексная реабилитация в палате стационара - цели, задачи, организация, методы. Особенности реабилитации в условиях стационара при заболеваниях и травмах у спортсменов. Комплексная реабилитация в условиях общего и специализированного отделения. Особенности реабилитации в условиях общего специализированного отделения при заболеваниях и травмах у спортсменов. Комплексная реабилитация в отделении реабилитации. Особенности реабилитации в условиях отделения реабилитации при заболеваниях и травмах у спортсменов. **Текущий контроль №4**.	2

2.	**Семинар № 7. Комплексная реабилитация на санаторно-курортном этапе.** План: Задачи и цели комплексной реабилитации на санаторно-курортном этапе. Виды курортов. основные сведения об современных курортных видах лечения. **Текущий контроль №5.**	2
3.	**Семинар № 8. Физические факторы в комплексной реабилитации. Основные направления комплексной реабилитации.** План: Общая характеристика методов комплексной реабилитации: физиотерапия, массаж, ЛФК. Физическая сущность методов комплексной реабилитации. Биологическое действие методов комплексной реабилитации. Основные показания и противопоказания к применению методов комплексной реабилитации.	2
3.	**Семинар № 9. Основные понятия физиотерапии.** План: Определение понятия «физиотерапия» и «физические факторы». Задачи общей и частной физиотерапии. Задачи общей и частной физиотерапии. Общая характеристика методов физиотерапия. Физическая сущность методов физиотерапии. Воздействие физических факторов на организм: местное и общее. Понятие «электролечение» и его виды. Классификация методов физиотерапии, их характеристика. Показания и противопоказания к назначению физиотерапии. Основные параметры и принципы лечебного воздействия физиотерапевтических факторов. Аппаратное обеспечение и требования к выполнению процедур. Общие механизмы действия физических факторов. Физиологические реакции организма человека на примирение физических факторов. Синдромально-патогенетический и клинико-функциональный подходы в физиотерапевтических технологиях. Биологическое действие методов физиотерапии. Применение физиотерапии в практике физической культуры и спорта.	2
3.	**Семинар №10. Массаж в комплексной реабилитации.** План: Определение массажа. Системы массажа. Виды массажа. Методы и формы массажа. Техника (основные приемы) массажа. Характеристика лечебного массажа. Методы лечебного массажа. Особенности методик лечебного массажа. Общие показания и противопоказания к проведению лечебного массажа. Физиологическое воздействие массажа на организм. Факторы действия массажа. Представление о видах лечебного массажа. Влияние массажа на системы организма. Противопоказания к массажу. Сочетание лечебного массажа с различными физиотерапевтическими процедурами и лечебной физкультуры. Понятие о сегментарно-рефлекторном массаже. Задачи и методы массажа при травмах ОДА. Массаж при заболеваниях суставов. Массаж при травмах и заболеваниях нервной системы. Аппаратные виды массажа в реабилитации. Баночный и вакуумный массаж. Прессотерапия. Вибромассаж.	2
3.	**Семинар № 11. Лечебная физкультура в комплексной реабилитации.** План: Понятие «лечебная физкультура». Особенности метода лечебной физкультуры по сравнению с другими методами лечения. Общая характеристика методов лечебной физкультуры. Физическая сущность	2

	лечебной физкультуры. Биологическое действие лечебной физкультуры. Показания и противопоказания к назначению лечебной физкультуры. Основные параметры и принципы лечебного воздействия лечебной физкультуры. Средства, методы и методики лечебной физкультуры. Классификация методов лечебной физкультуры, их характеристика	
3.	**Семинар № 12. Механизмы лечебного действия физических упражнений.** План: Классификация физических упражнений, применяемых с лечебной целью. Четыре механизма влияния физических упражнений и характеристика каждого механизма. Средства лечебной физкультуры и их содержание: упражнения, спортивно-прикладные упражнения, малоподвижные и спортивные игры, трудотерапия, естественные факторы природы. Характеристика основной формы лечебной физкультуры – занятия лечебной гимнастикой. Значение гимнастических упражнений в лечебной физкультуры. Общеразвивающие и специальные упражнения. Роль лечебной физкультуры в комплексном лечении спортсменов после травм ОДА. Классификация и характеристика спортивных травм. Понятие о микротравматической болезни спортсменов. Роль лечебной физкультуры в комплексной реабилитации спортсменов при заболеваниях. Физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений при соматических заболеваниях у спортсменов. Сочетанные и комбинированные методы комплексной реабилитации при заболеваниях и травмах на разных этапах реабилитации. Методики комплексной реабилитации при заболеваниях суставов. Методики комплексной реабилитации при травмах и заболеваниях нервной системы. Методики комплексной реабилитации при переохлаждение.	2
3.	**Семинар №13. Гидрореабилитация в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.** План: Прикладные способы плавания брасс на спине; плавание на боку; передвижение в воде полусидя; спиной вперед, работая переменно брасс (с вспомогательными средствами и без них). Передвижение в водной среде при условии совместного пребывания тренера и ребенка инвалида; положения тренера в воде при занятиях с ребенком-инвалидом. Работа на тренажерах подготовительные упражнения по освоению с водой; упражнения, направленные на начальное обучение плаванию, упражнения на дыхание; использование плавательных средств на занятиях при начальном обучении плаванию ребенка инвалида. Работа на тренажерах техника спуска в воду и подъема (выхода) из воды ребенка-инвалида. Обучение лиц с ОВЗ Обучение лиц с нарушением слухового анализатора, с нарушениями опорно-двигательного аппарата, с нарушениями интеллекта. Специальная подготовка специалистов по гидрореабилитации при работе с детьми ОВЗ **Текущий контроль №6.**	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	***Содержание занятий лекционного типа***	***Кол-во часов***
1	**Лекция № 1. Основные направления реабилитации. Основы и принципы комплексной реабилитации.** История возникновения и развития комплексной реабилитации. Определение понятия «реабилитация», ее значение в физической культуре и спорте. Цели, задачи и основы комплексной реабилитации. Основные принципы комплексной реабилитации. Особенности реабилитации различных возрастных групп. Основы ИПР. Принципы составления индивидуальных программ реабилитации (ИПР). Основные направления реабилитации: медицинская, физическая, психологическая, социальная, профессиональная (трудовая). Медицинская реабилитация – цели, задачи, этапы. Физическая реабилитация – цели, задачи, этапы, принципы применения в спорте. Психологическая реабилитация – цели и задачи. Принципы и средства психологической реабилитации. Общая характеристика методов психологической реабилитации. Методы оценки уровня интеллекта и личности пациента. Планирование и провидение образовательных и профилактических программ. Социальная реабилитация - цели, задачи Принципы и средства социальной реабилитации. Общая характеристика методов социальной реабилитации. Методы и средства социальной реабилитации. Профессиональная (или трудовая) реабилитация - цели, задачи Принципы и средства профессиональной реабилитации. Общая характеристика методов профессиональной реабилитации. Методы и средства профессиональной реабилитации. Профессиональная (или трудовая) реабилитация в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте. (трудовая).	2
2	**Лекция № 2. Этапы и методы комплексной реабилитации.** Комплексная реабилитация на амбулаторном этапе в условиях поликлиники (диспансера) и центра здоровья – цели, задачи, организация, методы. Комплексная реабилитация в условиях стационара. Комплексная реабилитация в условиях стационара: в палате, в условиях общего и специализированного отделения, отделения реабилитации. Задачи и цели комплексной реабилитации на санаторно-курортном этапе. Виды курортов. основные сведения об современных курортных видах лечения. Частные методы и методики комплексной реабилитации. Общая характеристика методов комплексной реабилитации: физиотерапия, массаж, лечебная физкультура. Физическая сущность методов комплексной реабилитации. Биологическое действие методов комплексной реабилитации. Основные показания и противопоказания к применению методов комплексной реабилитации. Определение понятия «физиотерапия» и «физические факторы». Задачи общей и частной физиотерапии. Воздействие физических факторов на организм: местное и общее. Понятие «электролечение» и его виды. Общая характеристика методов физиотерапия. Физическая сущность методов физиотерапии. Биологическое действие методов физиотерапии. Классификация методов физиотерапии, их характеристика. Показания и противопоказания к назначению физиотерапии.	2

	Основные параметры и принципы лечебного воздействия физиотерапевтических факторов. Аппаратное обеспечение и требования к выполнению процедур. Применение физиотерапии в практике физической культуры и спорта. Общая характеристика методов физиотерапия. Физическая сущность методов физиотерапии. Биологическое действие методов физиотерапии. Классификация методов физиотерапии, их характеристика. Показания и противопоказания к назначению физиотерапии. Основные параметры и принципы лечебного воздействия физиотерапевтических факторов. Аппаратное обеспечение и требования к выполнению процедур. Применение физиотерапии в практике физической культуры и спорта. Задачи и содержание «гидрореабилитации». Плавание в системе оздоровления и реабилитации человека. Адаптивное плавание. Методы и формы построения занятий по гидрореабилитации. Методические рекомендации по обучению плаванию. Спортивное плавание для лиц с ограниченными возможностями. Соревнования по плаванию среди инвалидов. Физкультурно-оздоровительные праздники. Работа на тренажерах техника спуска в воду и подъема (выхода) из воды ребенка-инвалида. Обучение лиц с ОВЗ Обучение лиц с нарушением слухового анализатора, с нарушениями опорно-двигательного аппарата, с нарушениями интеллекта. Специальная подготовка специалистов по гидрореабилитации при работе с детьми ОВЗ.	

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	***Содержание занятий практического типа***	***Кол-во часов***
1.	**Семинар №1. Основные направления реабилитации. Основы и принципы комплексной реабилитации.** План: История возникновения и развития комплексной реабилитации. Определение понятия «реабилитация», ее значение в физической культуре и спорте. Цели, задачи и основы комплексной реабилитации. Основные принципы комплексной реабилитации. Особенности реабилитации различных возрастных групп. Основы ИПР. Принципы составления индивидуальных программ реабилитации (ИПР). Основные направления реабилитации: медицинская, физическая, психологическая, социальная, профессиональная (трудовая). Медицинская реабилитация – цели, задачи, этапы. Физическая реабилитация – цели, задачи, этапы, принципы применения в спорте. Психологическая реабилитация – цели и задачи. Принципы и средства психологической реабилитации. Общая характеристика методов психологической реабилитации. Методы оценки уровня интеллекта и личности пациента. Планирование и провидение образовательных и профилактических программ. Социальная реабилитация - цели, задачи Принципы и средства социальной реабилитации. Общая характеристика методов социальной реабилитации. Методы и средства социальной реабилитации. Профессиональная (или трудовая) реабилитация - цели, задачи Принципы и средства профессиональной реабилитации. Общая характеристика методов профессиональной реабилитации. Методы и средства	2

	профессиональной реабилитации. Профессиональная (или трудовая) реабилитация в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте. **Текущий контроль №1**	
2.	**Семинар № 2. Этапы и методы комплексной реабилитации.** План: Комплексная реабилитация на амбулаторном этапе в условиях поликлиники (диспансера) и центра здоровья – цели, задачи, организация, методы. Комплексная реабилитация в условиях стационара. Комплексная реабилитация в условиях стационара: в палате, в условиях общего и специализированного отделения, отделения реабилитации. Задачи и цели комплексной реабилитации на санаторно-курортном этапе. Виды курортов. основные сведения об современных курортных видах лечения. Частные методы и методики комплексной реабилитации. Общая характеристика методов комплексной реабилитации: физиотерапия, массаж, лечебная физкультура. Биологическое действие методов комплексной реабилитации. Основные показания и противопоказания к применению методов комплексной реабилитации. Определение понятия «физиотерапия» и «физические факторы». Задачи общей и частной физиотерапии. Воздействие физических факторов на организм. Классификация методов физиотерапии, их характеристика. Показания и противопоказания к назначению физиотерапии. Основные параметры и принципы лечебного воздействия физиотерапевтических факторов. Применение физиотерапии в практике физической культуры и спорта **Текущий контроль №2.**	2
	Семинар № 3. Задачи и содержание «гидрореабилитации». Плавание в системе оздоровления и реабилитации человека. Адаптивное плавание. План: Методы и формы построения занятий по гидрореабилитации. Методические рекомендации по обучению плаванию. Спортивное плавание для лиц с ограниченными возможностями. Соревнования по плаванию среди инвалидов. Физкультурно-оздоровительные праздники. Прикладные способы плавания брасс на спине; плавание на боку; передвижение в воде полусидя; спиной вперед, работая переменно брасс (с вспомогательными средствами и без них). Передвижение в водной среде при условии совместного пребывания тренера и ребенка инвалида; положения тренера в воде при занятиях с ребенком-инвалидом. Работа на тренажерах подготовительные упражнения по освоению с водой; упражнения, направленные на начальное обучение плаванию, упражнения на дыхание; использование плавательных средств на занятиях при начальном обучении плаванию ребенка инвалида. Работа на тренажерах техника спуска в воду и подъема (выхода) из воды ребенка-инвалида. Обучение лиц с ОВЗ Обучение лиц с нарушением слухового анализатора, с нарушениями опорно-двигательного аппарата, с нарушениями интеллекта. Подготовка специалистов по гидрореабилитации при работе с детьми ОВЗ. **Текущий контроль №3**	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. 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, 2023. — 210 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14815-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/520324
2. Громова, О.В. Комплексная реабилитация больных и инвалидов : учебное пособие. - Москва : Колос-с, 2018. - 181, [1] с. : ил.
3. Система контроля уровня физического развития и физической подготовленности для комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова [и др.] ; под общей редакцией Т. П. Бегидовой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 87 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14809-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/520331

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья : учебное пособие / Т. В. Андрюхина, Е. В. Кетриш, Н. В. Третьякова, К. Н. Бараковских ; под редакцией Т. В. Андрюхиной. — Екатеринбург : РГППУ, 2019. — 158 с. — ISBN 978-5-8050-0665-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/222386. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Ериков, В. М. Комплексная профилактика заболеваний и реабилитация лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья : учебное пособие для вузов / В. М. Ериков, А. А. Никулин, Т. В. Иванникова. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 192 с. — ISBN 978-5-8114-7437-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/159530. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Ильина, И. В. Медицинская реабилитация : учебник для вузов / И. В. Ильина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 276 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00383-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/512106
4. Крысюк, О.Б. Современные технологии профилактики и реабилитации при заболеваниях и травмах : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 126 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Левенков, А.Е. Физические методы в комплексной реабилитации заболеваний и спортивных травм : учебное пособие. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. – 118 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
6. Лутков, В.Ф. Принципы и методы комплексной реабилитации : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 101 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Позняков, В.С. Массаж в комплексной реабилитации спортсменов. Массаж: аурикулярный и висцеральный : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. – 171 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Реабилитация людей с ограниченными возможностями здоровья разных нозологических групп : учебное пособие / В. С. Штоколок, Н. А. Дубровина,

Л. А. Боярская, А. А. Токмаков ; под общ. ред. В. С. Штоколка ; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2018. – 139 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=696148

9. Рипа, М.Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие / М.Д. Рипа, И.В. Кулькова. - Москва : Юрайт, 2018. - 169, [1] с. : ил.
10. Тарасова, О. Л. Комплексная реабилитация больных и инвалидов: курс лекций : учебное пособие / О. Л. Тарасова, А. В. Сапего, И. А. Полковников. — Кемерово : КемГУ, 2014. — 152 с. — ISBN 978-5-8353-1656-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/61430 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
11. Центр реабилитации: функции, задачи, возможности : учебное пособие / сост.: Е. А. Симутина, Ю. В. Киреев, А. Ю. Киреева, Е. А. Орачевская, И. Н. Сергеев, В. И. Юхименко. - Брянск : [б. и.], 2014. - 96 с.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link isexternal)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link isexternal)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения**.**

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Методические пособия по отдельным разделам курса.

Учебные таблицы.

Тестовые задания по темам курса.

Мультимедийные презентации по темам курса.

Наглядные пособия.

Комплект видеофильмов.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра Теории и методики неолимпийских видов спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Народные и национальные виды спорта

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура),
Направленность (профиль) ОП «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ **Никитин А.А.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

_____

_____

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1курсе по очной форме обучения, на 1 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***зачет.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-7.	УК – 7.1. Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря УК – 7.2 Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;	УК – 7.1. Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря УК – 7.2 Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;

	- планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. УК-7.3. Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВАС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и видов адаптивного спорта и ИВАС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.	- планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. УК-7.3. Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВАС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и видов адаптивного спорта и ИВАС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры
			второй
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**60**	**60**
В том числе:			
Занятия лекционного типа			
Занятия семинарского типа (практические занятия)		54	54
Промежуточная аттестация (зачет)		6	6
Самостоятельная работа (всего)			
Общая трудоемкость	**часы**	**60**	**60**
	зачетные единицы		

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры
			второй
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**10**	**10**
В том числе:			
Занятия лекционного типа			
Занятия семинарского типа (практические занятия)		6	6
Промежуточная аттестация (зачет)		4	4
Самостоятельная работа (всего)		**50**	**50**
В том числе Контрольная работа		**10**	**10**
Общая трудоемкость	**часы**	**60**	**60**
	зачетные единицы		

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:
4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема	Содержание	Результаты обучения в виде «знать, уметь, владеть»
1.	Бильярд	История развития и возникновения бильярдного спорта. Виды бильярдного спорта. Общая характеристика лузных и безлузных видов. Лузные виды бильярда: пирамида, пул, снукер. Параметры бильярдных столов по видам бильярда. Бильярдный инвентарь. Терминология в бильярдном спорте. Общие правила бильярда. Техника безопасности и санитарно-гигиенические требования на занятиях по бильярду. Обучение базовым техническим приемам. Основные ошибки в технике. Способы исправления ошибок. Совершенствование техники выполнения базовых приемов. Выполнение прямого удара с различными вращениями битка. Сдача контрольных нормативов.	Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; -основы планирования и проведения занятий по физической культуре; основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря Умеет:
2.	Шашки	История шашек. Правила игры. Терминология. Обучение базовым техническим приемам. Основные ошибки в технике. Способы исправления ошибок. Совершенствование техники выполнения базовых приемов. Общие понятия о технико-тактической деятельности игроков. Техника безопасности и санитарно-гигиенические требования на занятиях по шашкам. Правила проведения соревнований. Судейство соревнований. Требования к выполнению разрядных нормативов.	

3.	Дартс	История возникновения и развития дартс. Дартс оборудование. Терминология. Техника безопасности при игре в дартс. Правила игры в дартс. Техника безопасности и санитарно-гигиенические требования на занятиях по дартс. Разновидности дартс-игр: «Набор очков», «Сектор-20», «Раунд», «Большой раунд», «Американский крикет». Правила проведения соревнований по дартс. Судейство соревнований. Обучение базовым техническим приемам. Основные ошибки в технике. Способы исправления ошибок. Совершенствование техники выполнения базовых приемов. Общие понятия о технико-тактической деятельности игроков. Разновидности техники броска.	- самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; определять и учитывать величину нагрузки на за-нятиях; -соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; -владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности

4.2 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА (ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ)

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	История развития и возникновения бильярдного спорта: История развития и возникновения бильярдного спорта; Виды бильярдного спорта; Общая характеристика лузных и безлузных видов; Лузные виды бильярда: пирамида, пул, снукер; Современное состояние бильярдного спорта в России.	2
2	Бильярдный инвентарь. параметры спортивных столов для пирамиды и пула. Устройство бильярдного стола, параметры и устройство киев, характеристики шаров для различных видов бильярда.	2
3	Терминология в бильярдном спорте. Определения и значение следующих понятий: «биток», «прицельный шар», «накат», «оттяжка», «остановка», «выход», «отыгрыш», «карамболь», «дуплет», «абриколь», «кластер», «боковик», «серия», «дом», «заказ», «игра с руки», «маска» и т.д.	2
4	Общие правила бильярда: пирамида. Условие правильного удара в пирамиде («правило отыгрыша»). «Свободная пирамида»: правила дисциплины, цель игры, нарушения и штрафы. «Комбинированная пирамида»: правила дисциплины, цель игры, нарушения и штрафы.	2
5	Общие правила бильярда: пул. Условие правильного удара в пуле («правило отыгрыша»). «Пул-8»: правила дисциплины, цель игры, нарушения и штрафы. «Пул-9»: правила дисциплины, цель игры, нарушения и штрафы	2
6	Подготовка к удару в бильярде. Основная стойка бильярдиста. Основные требования к стойке в бильярде, положение стоп, коленных суставов, распределение веса тела при правильной стойке. Виды стоек, отличия, преимущества и недостатки, области применения. Кистевой упор. Разминочно-маховые движения. Разминочно-маховые движения. Назначение разминочно-маховых движений. Выбор скорости, амплитуды, продолжительности выполнения. Выполнение упражнений для повышения плавности движений руки.	2
7	Обучение базовым техническим приемам. Удар в центр битка. Элементы техники. Фазы удара в бильярде: замах, амортизация отдачи, сопровождение.	2
8	Обучение базовым техническим приемам. Удар в центр битка. Основные ошибки техники и способы их устранения. Обзор наиболее распространенных ошибок при подготовке к удару. Способы исправления ошибок. Использование зеркала, как инструмента самоконтроля. Ошибки при выполнении разминочно-маховых движений и ударно-махового движения. Отсутствие плавности, как основная ошибка, способы ее устранения.	2
9	Обучение базовым техническим приемам. Техника выполнения удара в нижнюю часть битка. Прямой удар с остановкой битка. Выполнение упражнения «Линейка» (уровень сложности - 1 бриллиант). Выявление и исправление ошибок.	2
10	Обучение базовым техническим приемам. Закрепление техники выполнения удара в бильярде. Упражнение «Остановка» с вариантами усложнений (2 бриллианта, 3 бриллианта).	2

11	Обучение базовым техническим приемам. Техника выполнения удара в верхнюю часть битка. Особенности техники сопровождения при накате. Упражнение «Накат» (уровень сложности – 1 бриллиант).	2
12	Обучение базовым техническим приемам. Закрепление техники прямого удара по битку с различными вращениями. Выполнение упражнений «Остановка», «Накат» (2 бриллианта, 3 бриллианта).	2
13	История возникновения шашек в мире. История шашек в России до распада СССР. Современное состояние шашек в Мире,Европе и России.	2
14	Правила игры в русские шашки. Техника игры в шашки: прием-прорыв.	2
15	Правила игры в русские шашки. Техника игры в шашки:отсталые шашки и борьба с ними.	2
16	Правила игры в русские шашки. Техника игры в шашки:прием-угроза.	2
17	Правила проведения соревнований. Системы проведения. Техника игры в шашки: прием-связка.	2
18	Устный опрос по темам: 1.История шашек 2. Шашечный кодекс. 3.Практическое выполнение заданий.	2
19	Правила проведения соревнований. Возрастные группы. Права и обязанности участников. Санкции. Техника игры в шашки:прием – запирание.	2
20	Правила проведения соревнований. Место проведения. Начало встречи. Техника игры в шашки:прием – оппозиция.	2
21	Правила проведения соревнований. Судейство соревнований. Выполнение разрядных нормативов.Техника игры в шашки:прием – комбинация.	2
22	Организация соревнований по шашкам. Организация и проведение физкультурно-массовых мероприятий по шашкам. Техника игры в шашки: прием – захват центра. Прием – симметрия.	2
23	Устный опрос по темам:1.Шашечный кодекс. Организация и проведение соревнований.2.Теоретическое обоснование применения приемов игры. 3.Практическое выполнение заданий.	2
24	История возникновения и развития дартс. Дартс-оборудование. Терминология. Техника безопасности при игре в дартс.	2
25	Правила игры в дартс. Разновидности дартс-игр: «набор очков», «сектор-20», «раунд», «большой раунд», «американский крикет».	2
26	Правила проведения соревнований по дартс. Судейство соревнований.	2
27	Базовые элементы техники игры в дартс. Разновидности техники броска.	2
28	Сдача контрольных нормативов по дартс.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА (ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ)

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	История развития и возникновения бильярдного спорта. Виды бильярдного спорта. Общая характеристика лузных и безлузных видов. Лузные виды бильярда: пирамида, пул, снукер. Параметры бильярдных столов по видам бильярда. Бильярдный инвентарь. Терминология в бильярдном спорте. Общие правила бильярда. Обучение базовым техническим приемам. Основные ошибки в технике. Способы исправления ошибок. Совершенствование техники выполнения базовых приемов. Выполнение прямого удара с различными вращениями битка. Сдача контрольных нормативов.	2

2	История шашек. Шашечный кодекс. Правила игры. Общие понятия о технико-тактической деятельности игроков. Правила проведения соревнований. Судейство соревнований. Выполнение разрядных нормативов.	2
3	История возникновения и развития дартс. Дартс оборудование. Терминология. Техника безопасности при игре в дартс. Правила игры в дартс. Разновидности дартс-игр. Правила проведения соревнований по дартс. Судейство соревнований. Базовые элементы техники игры в дартс. Разновидности техники броска.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Вишнякова, Ю.Ю. Хоккей на полу [Электронный ресурс] : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 108 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Готовцев, Е. В. Национальные виды спорта и игры. Лапта : учебное пособие для вузов / Е. В. Готовцев, Г. Н. Германов, И. В. Машошина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 402 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06425-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/515083
3. Данилов, А. В. Физическая культура : учебное пособие / А. В. Данилов. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2019. — 136 с. — ISBN 978-5-906958-85-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/115679 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Кыласов, А.В. Мировая система спорта : учебное пособие / А.В. Кыласов; Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова, Москва. - Москва : Кнорус, 2022. - 131 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Вишнякова, Ю.Ю. Радиальный баскетбол [Электронный ресурс] : учебное пособие / Ю.Ю. Вишнякова, А.А. Шелехов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 85 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Кондаков, А.М. Технико-тактическая и координационная подготовка самбистов с учётом весовых категорий [Электронный ресурс] : монография / А.М. Кондаков, И.Ю. Горская. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2012. - 200 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Кузнецов, В.К. Силовая подготовка студентов [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.К. Кузнецов, И.И. Зулаев, А.А. Бирюков. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2016. – 172 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Логинов, А.И. История городошного спорта : [монография]. Т. 1 : От древнейших времен до распада СССР / А.И. Логинов. - [Мичуринск] : [б. и.], 2017. - 575 с. : ил.
5. Народные игры и национальные виды спорта в перспективе физической рекреации населения [Текст] : сборник статей / В.У. Агеевец, Г.Г. Макаров, А.А. Никитин; Петровская академия наук и искусств, Отделение "Резервные возможности человека, физическая культура и спорт". - Санкт-Петербург : [б. и.], 2012. - 20 с.
6. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев ; под общ. ред. С.П. Евсеева. - Москва : Спорт, 2016. - 385 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-18-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367
7. Шестаков, В.Б. Самбо - наука побеждать. Теоретические и методические основы подготовки самбистов [Текст] : учебное пособие. - Москва : ОЛМА Медиа Групп, 2012. - 222, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Специализированный зал-аудитория для проведения занятий по «Физической культуре»:

1. Бильярд (три профессиональных стола):
- Один стол «пирамида» (12 футов)
- Два стола «пул» (9 футов)
- Шесть киев для «пирамиды» и восемь киев для «пула».
2. Шашки (15 комплектов игры)
3. Дартс (6 мишеней, 12 комплектов дротиков, запасные комплектующие)
4. Комплект мультимедийного оборудования (проектор, экран, ноутбук)

Кабинет для преподавателей с выходом в интернет.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра Теории и методики неолимпийских видов спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Туризм

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура),
Направленность (профиль) ОП «Физическая реабилитация»

Шевцов А.В.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой Никитин А.А.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Вальковский В.А.

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной форме обучения, на 2 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(зачет, дифференцированный зачет, экзамен).***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
УК-7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-7.	**УК – 7.1.** Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС;	**Знает:** - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и

	- основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря **УК – 7.2** Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. **УК-7.3.** Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВАС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических	проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря **Умеет:** - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. **Имеет опыт:** - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВАС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; -

	качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и видов адаптивного спорта и ИВАС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.	владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и видов адаптивного спорта и ИВАС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		42			42					
В том числе:										
Занятия лекционного типа										
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		36			36					
Промежуточная аттестация (зачет)		6			6					
Самостоятельная работа студента										
Общая трудоемкость	**часы**	**42**			**42**					
	зачетные единицы	**3**			3					

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		10			10						
В том числе:											
Занятия лекционного типа											
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		6			6						
Промежуточная аттестация (зачет)		4			4						
Самостоятельная работа студента		**32**			**32**						
В том числе: контрольная работа		10			10						
Общая трудоемкость	**часы**	**42**			**42**						
	зачетные единицы										

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1 ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема	Содержание	Результаты обучения в виде «знать, уметь, владеть»
1.	**Программно-нормативные и организационные основы туризма.**	1.1 Основные положения закона о туристской деятельности. 1.2. Организационные основы развития туризма. 1.3. Типы, виды, формы туризма.	**Знать:** 1. законодательные акты, регламентирующие деятельность в сфере туризма, научно-методические основы развития туризма, как части физической культуры и спорта, необходимые для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. **Уметь:** 1. оценивать типы виды и формы туризма с точки зрения достижения должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. **Владеть:** 1. необходимой для успешного взаимодействия с государственными и общественными организациями профессиональной терминологией в сфере туризма.
2.	**Основы техники и тактики туристских походов. Обеспечение безопасности в туристских походах.**	2.1. Понятие об объективных и субъективных опасностях туристских походов. 2.2. Организационные и технические меры по обеспечению безопасности туристских походов. 2.3. Основы топографии и ориентирования на местности. Понятия и определения. 2.4. Решение задач по спортивному ориентированию. Работа с тестами. 2.5. Организация страховки и самостраховки при преодолении естественных препятствий природной среды. Узлы в туризме.	**Знать:** 1. должный уровень физической подготовленности, необходимый для освоения технических приёмов, применяемых в туристских походах. 2. организационные и технические меры по обеспечению безопасности проведения туристских походов и профилактике травматизма. **Уметь:** 1. применять знание техники спортивного туризма в своей социальной и профессиональной деятельности. **Владеть:** 1. способностью оценивать эффективность принятых организационно-управленческих решений, влияющих на успешное и безопасное проведение похода при возникновении нештатных ситуаций в полевых условиях.

3.	**Организация и проведение туристских походов.**	3.1. Разработка маршрута похода выходного дня, схема ПВД. 3.2. Материально-техническое обеспечение похода. Оформление маршрутного листа. 3.3. Разработка маршрута похода 1 категории сложности. 3.4. Материально-техническое обеспечение похода. 3.5. Оформление маршрутной книжки. 3.6. Определение пути движения в туристском походе по описанию фотографий маршрута.	**Знать:** 1. климатические, экологические, санитарно-гигиенические особенности географического региона предстоящего туристского похода, необходимые для обеспечения безопасности его проведения и профилактики травматизма. **Уметь:** 1. планировать и разрабатывать маршруты туристских походов с учетом возраста, пола, физической подготовленности участников, в целях выбора для них адекватных типов, видов туризма, отвечающих их социальной и профессиональной деятельности. **Владеть:** 1. способностью планировать проведение туристских походов с учётом физической подготовленности участников и их профессиональной ориентации.
4.	**Учебные туристские походы.**	4.1 –4.3. Туристские походы с основами ориентирования на местности.	**Знать:** 1. уровень физической подготовленности, необходимый для освоения технических приёмов, применяемых в туристских походах. **Уметь:** 1. определять наиболее рациональный маршрут передвижения в походе с учетом возраста, пола, физической подготовленности участников, ориентироваться на местности при помощи топографической карты и компаса, без карты и компаса. **Владеть:** 1. способностью оценивать эффективность принятых организационно-управленческих и технических решений, влияющих на успешное и безопасное проведение похода при возникновении нештатных ситуаций в полевых условиях.

4.2 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	**Практическое занятие №1.** Основные положения закона о туристской деятельности. Организационные основы развития туризма. Типы, виды, формы туризма.	2
1	**Практическое занятие №2.** Текущий контроль №1 Решение задач по спортивному ориентированию. Работа с тестами.Типы, виды, формы туризма.	2
2.	**Практическое занятие №3.** Основы техники туристских походов. Классификация техники спортивного туризма. Понятия и определения.	2
2	**Практическое занятие №4.** Основы тактики туристских походов. Понятия и определения.	2
2	**Практическое занятие №5.** Понятие об объективных и субъективных опасностях туристских походов. Организационные и технические меры по обеспечению безопасности в туристских походах.	2
2	**Практическое занятие №6.** Основы топографии и ориентирования на местности. Компасы: виды и особенности.	2
2	**Практическое занятие №7.** Основы топографии и ориентирования на местности. Азимуты и магнитное склонение. Определение азимутов по карте.	2
2	**Практическое занятие №8.** Основы топографии и ориентирования на местности. Движение по азимуту на местности.	2
2	**Практическое занятие №9.** Текущий контроль №2. Организация страховки и самостраховки при преодолении естественных препятствий природной среды. Узлы в туризме.	**2**
3	**Практическое занятие №10.** Понятие об объективных и субъективных опасностях туристских походов. Организационные и технические меры по обеспечению безопасности в туристских походах.	2
3	**Практическое занятие №11.** Текущий контроль №3. Определение пути движения в туристском походе по описанию фотографий маршрута.	2
4	**Практическое занятие №12.** Текущий контроль №4. Разработка маршрута похода выходного дня, схема ПВД. Материально-техническое обеспечение похода. Оформление маршрутного листа.	2
4	**Практическое занятие №13.** Материально-техническое обеспечение похода. Определение контрольных пунктов и сроков сообщения с маршрута. Оформление маршрутной книжки.	2
4	**Практическое занятие №14.** Выбор и изучение района похода, разработка маршрута, составление календарного плана-графика похода.	**2**
4	**Практическое занятие №15.** Туристский поход с основами ориентирования на местности. Выбор пути и движение с учетом рельефа местности, проходимости и почвенного покрова.	2
4	**Практическое занятие №16.** Туристский поход с основами	2

	ориентирования на местности. Чтение карты. Выбор привязки.	
4	**Практическое занятие №17. РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ 1 (Кафедральный)** Разработка маршрута похода 1 категории сложности. Расчёт снаряжения и продуктов питания.	2
4	**Практическое занятие №18. РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ 2 (Кафедральный)** Выполнение контрольного упражнения №1 Прохождение дистанции «маршрут пешеходный» с основами ориентирования на местности. Выбор пути и движение с учетом рельефа местности, проходимости и почвенного покрова.	2
	ИТОГО:	**36**

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	**Практическое занятие №1.** Основные положения закона о туристской деятельности. Организационные основы развития туризма. Типы, виды, формы туризма. **Текущий контроль №1** Решение задач по спортивному ориентированию. Работа с тестами.Типы, виды, формы туризма. **Текущий контроль №2**. Организация страховки и самостраховки при преодолении естественных препятствий природной среды. Узлы в туризме	2
2	**Практическое занятие №2.** Основы топографии и ориентирования на местности. Понятия и определения.. **Текущий контроль №3.** Определение пути движения в туристском походе по описанию фотографий маршрута. **Текущий контроль №4. Контрольная работа.** Разработка маршрута похода выходного дня, схема ПВД. Оформление маршрутного листа.	2
3	**Практическое занятие №3. РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ 1 (Кафедральный)** Разработка маршрута похода 1-й категории сложности. Материально-техническое обеспечение похода. Оформление маршрутной книжки	2
	ИТОГО:	**6**

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Методика проведения практик по направлению подготовки 43.03.02 – «Туризм» : учебное пособие / В.В. Ермилова, С.Г. Мальцева, К.С. Захаров, В.А. Турянская. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2019. – 110с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Организация и проведение норматива испытаний (тестов) ВФСК ГТО «Туристский поход с проверкой туристских навыков» : учебное пособие / Т.А. Кравчук, И.А. Зданович, Е.В. Гинжул, Д.С. Кошелев; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики туризма и рекреации. - Омск : [б. и.], 2017. – 61 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Основы адаптивного туризма : учебное / Е.Б. Ладыгина, А.Ю. Рябчиков, А.А. Шелехов, Ю.А. Ковалева ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. — 99 с. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
4. Стеблецов, Е. А. Спортивно-оздоровительный туризм и спортивное ориентирование : учебное пособие для вузов / Е. А. Стеблецов, Ю. С. Воронов, В. В. Севастьянов ; под общей редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 195 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13274-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/519394

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Безопасный отдых и туризм : учебное пособие / отв. ред. Г. М. Суворова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2019. - 194, [1] с. : ил.
2. Завьялова, Т.П. Методика обучения и воспитания в области дошкольного образования. Туризм в детском саду : учебное пособие / Т.П. Завьялова; Тюменский государственный университет. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2018. - 227, [1] с. : ил.
3. Константинов, Ю.С. Организация детско-юношеского туризма : учебник / Ю.С. Константинов, В.С. Степанов, Ю.Н. Федотов; [под ред. В. А. Таймазова]; Министерство образования и науки Российской Федерации, Учебно-методическое объединение по образованию в области производственного менеджмента, Санкт-Петербургский государственный университет физической культуры им. П. Ф. Лесгафта. - СПб. : [б. и.], 2008. - 474 с. : ил.
4. Основы туризма : учебник / под науч. ред. Е. Л. Писаревского. - Москва : [Федеральное агентство по туризму], 2014. - 374 с. : ил.
5. Рубис, Л.Г. Спортивный туризм : учебник / Л.Г. Рубис; Министерство образования и науки Российской Федерации ; Санкт-Петербургский государственный университет технологии и дизайна. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. - 144 с. : ил.
6. Спортивный туризм: научно-организационные основы : учебное пособие / А.Е. Тарасов, Ю.Н. Федотов, В.К. Шеманаев, И.А. Черкашин; Министерство образования и науки Российской федерации ; Министерство спорта Российской Федерации ; Северо-Восточный федеральный университет им. М.К. Аммосова, Якутск, Республика Саха (Якутия) ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; Российский государственный университет имени А. И. Герцена ; под общ. ред. Ю. Н. Федотова. - Якутск : [Издательский дом СВФУ], 2014. - 651, [1] с. : ил.

7. Федорова, Т. А. Технологии спортивно-оздоровительного туризма : учебно-методическое пособие / Т. А. Федорова. — Пермь : ПГГПУ, 2018. — 76 с. — ISBN 978-5-85218-990-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/129488 .— Режим доступа: для авториз. пользователей.
8. Теория и методика спортивного туризма : учебник / [под ред. В. А. Таймазова, Ю. Н. Федотова]. - Москва : Советский спорт, 2014. - 423 с. : ил.
9. Федотов Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм : учебник / Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Сов. спорт, 2008. - 463 с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для проведения занятий по дисциплине «ФК (Туризм)» необходимы:

- учебная аудитория с мультимедийным оборудованием (ноутбук с необходимым программным обеспечением, проектор, экран);
- компьютер с доступом в интернет, DVD-проигрыватель, и компакт-диски с видеозаписями соревнований, и другого учебного материала;
- комплект обучающих тестов;
- комплект туристского инвентаря – топографические карты, верёвки, страховочные приспособления и пр.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра теории и методики адаптивного спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Голбол

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____**Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____Аксенов А.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Доцент каф. ТиМАС Терентьева И.Г.
Ст. преп. каф. ТиМАС Терентьев Ф.В.
Преп. каф. ТиМАС Жуматов М.М.

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе во 4 семестре по очной форме обучения, на 2 курсе в 4 семестре по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
УК-7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-7.	**УК – 7.1.** Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы	**Знает:** - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта,

	планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря **УК – 7.2** Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. **УК-7.3.** Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВАС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и видов адаптивного спорта и ИВАС на уровне выполнения контрольных нормативов;	адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря **Умеет:** - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. **Имеет опыт:** - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВАС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических

	- самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.	качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и видов адаптивного спорта и ИВАС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		16				16				
В том числе:										
Занятия лекционного типа										
Занятия семинарского типа (практические занятия)		16				16				
Промежуточная аттестация (зачет)		6				6				
Самостоятельная работа студента										
Общая трудоемкость	**часы**	**22**				22				
	зачетные единицы									

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		4				4					
В том числе:											
Занятия лекционного типа											
Занятия семинарского типа (практические занятия)		4				4					
Промежуточная аттестация (зачет)		4				4					
Самостоятельная работа студента		**14**				**14**					
В том числе: **контрольная работа**		10				10					
Общая трудоемкость	**часы**	**22**				22					
	зачетные единицы										

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Техническая подготовка голболистов	Техника владения озвученным мячом. Техника передачи озвученного мяча. Техника выполнения атакующих бросков. Техника передвижений с мячом. Техника выполнения атакующих действий. Техника выполнения защитных действий.	Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. Имеет опыт: - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВАС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и видов адаптивного спорта и ИВАС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.

2.	Тактика командной игры	Расстановка и позиция игроков. Игра в защите. Игра в нападении.	**Знает:** - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим

			занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и видов адаптивного спорта и ИВАС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1.	Практическое занятие №1. Техническая подготовка глоболистов ***Вопросы для обсуждения:*** Правила игры «Голбол» Разметка площадки для игры в голбол	**2**
1.	Практическое занятие №2. Техническая подготовка глоболистов ***Вопросы для обсуждения:*** Техника владения озвученным мячом. Техника передвижений с озвученным мячом.	**2**
1.	Практическое занятие №3. Техническая подготовка глоболистов ***Вопросы для обсуждения:*** Техника передачи озвученного мяча.	**2**
1.	Практическое занятие №4. Техническая подготовка глоболистов ***Вопросы для обсуждения:*** Техника выполнения бросков.	**2**
1.	Практическое занятие №5. Техническая подготовка глоболистов ***Вопросы для обсуждения:*** Техника выполнения атакующих действий. Техника выполнения защитных действий.	**2**
2.	Практическое занятие №6. Тактика командной игры ***Вопросы для обсуждения:*** Расстановка и позиция игроков.	**2**
2.	Практическое занятие №7. Тактика командной игры ***Вопросы для обсуждения:*** Игра в защите.	**2**
2.	Практическое занятие №8. Тактика командной игры ***Вопросы для обсуждения:*** Игра в нападении.	**2**

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО ТИПА

1	Практическое занятие №1. Техническая подготовка голболистов ***Вопросы для обсуждения:*** Техника владения озвученным мячом. Техника передачи озвученного мяча. Техника выполнения атакующих бросков. Техника передвижений с мячом. Техника выполнения атакующих действий. Техника выполнения защитных действий.	**2**
2	Практическое занятие №2. Тактика командной игры ***Вопросы для обсуждения:*** Расстановка игроков. Игра в защите. Игра в нападении.	**2**

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Мелентьева, Н. Н. Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением зрения и слуха : учебное пособие для вузов / Н. Н. Мелентьева. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 128 с. — ISBN 978-5-8114-7836-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/166356 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Адаптивный спорт. Настольная книга тренера : учебник / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, А.Г. Абалян [и др.]. — Москва : ПРИНТЛЕТО, 2021. — 599 с. : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. Брискин, Ю.А. Адаптивный спорт / Ю.А. Брискин, С.П. Евсеев, А.В. Передерий. - М. : Советский спорт, 2010. - 315 с. : ил.
3. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. — 2-е изд., стер. — Москва : Спорт-Человек, 2020. — 616 с. — ISBN 978-5-907225-56-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/165141. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник. - Москва : Спорт, 2016. - 614, [1] с. : ил.
5. Маллаев, Д.М. Игры для слепых и слабовидящих : Учеб.пособие для пед.спец.(коррекционных) образоват.учреждений / Д.М. Маллаев. - М. : Сов.спорт, 2002. - 135с. : ил.
6. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник : / авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев ; под общ. ред. С.П. Евсеева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367
7. Частные методики адаптивной физической культуры : учебник / [под ред Л.В.Шапковой]. - Москва : Советский спорт, 2009. - 603 с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp

- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Голбол» требует использования специального спортивного инвентаря для игры в голбол: озвученный мяч, повязки закрывающие глаза, тактильную ленту для разметки площадки. Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Допускается замена оборудования его виртуальными аналогами.

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляется адаптированная рабочая программа дисциплины с учетом потребностей нозологических групп. Для освоения дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья обеспечены следующие **специальные условия**:

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья ***по зрению:***

- Предоставляется альтернативная версия официального сайта в сети «Интернет» для слабовидящих. www.lesgaft.spb.ru.

- В доступных для обучающихся ***(слепых и слабовидящих***), местах и в адаптированной форме размещается информация.

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- Предоставляется мультимедийное сопровождение учебной дисциплины в виде презентаций с использованием программы POWER POINT и других.

- По обращению студентов предоставляются услуги переводчика жестового языка.

- При изучении дисциплины предоставляется возможность пользоваться в аудитории слуховыми аппаратами.

-Для студентов с ограниченными возможностями здоровья, имеющих ***нарушения опорно-двигательного аппарата:***

- Обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения, в котором преподается дисциплина.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра теории и методики гимнастики

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Музыкально-ритмическое воспитание

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____**Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____**Терехина Р.Н.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Кивихарью И.В., доцент, к.п.н., доцент, профессор кафедры ТиМ гимнастики
Курашова Е.А., ст. преподаватель кафедры ТиМ гимнастики

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина Б 1.О.26.01. Музыкально-ритмическое воспитания изучается на 3 курсе по очной и заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***зачет (5 семестр).***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по	Знать: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при

	физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря	проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря
УК – 7.2	УК-7.2 Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.	Уметь: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.
УК-7.3.	УК-7.3 Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта,	Иметь опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры

	адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВАС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и видов адаптивного спорта и ИВАС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.	и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВАС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и видов адаптивного спорта и ИВАС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		64					64			
В том числе:										
Занятия лекционного типа										
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		58					58			
Промежуточная аттестация (зачет)		6					6			
Самостоятельная работа студента										
Общая трудоемкость	**часы**	**64**					64			
	зачетные единицы									

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		6					6				
В том числе:											
Занятия лекционного типа											
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		6					6				
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет)		4					4				
Самостоятельная работа студента		54					54				
Общая трудоемкость	**часы**	**64**					64				
	зачетные единицы										

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Методика проведения занятий по курсу музыкально-ритмического воспитания	Разновидности занятий по музыкально-ритмическому воспитанию. Структура и содержание занятий по музыкально-ритмическому воспитанию. Особенности занятий с различным контингентом занимающихся и обеспечение техники безопасности при проведении занятий.	Знает: основные требования, предъявляемые к личности и профессиональным качествам бакалавров адаптивной физической культуры; планирование содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей: Умеет: формировать у занимающихся социально-значимые потребности, ценностные ориентации, проводить профилактику негативных социальных явлений, формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни; 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; Имеет опыт: готовности к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для освоения профессиональных умений и навыков в процессе обучения в вузе и для дальнейшего обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности после окончания учебного заведения;
2	Музыка и движения как основные средства музыкально-ритмического воспитания	Взаимосвязь движений и музыки. Танец как часть двигательной культуры человека. Организация занятий по музыкально-ритмическому воспитанию, направленных на достижение должного уровня физической подготовленности.	Знает: основные требования, предъявляемые к личности и профессиональным качествам бакалавров адаптивной физической культуры; планирование содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей: Умеет: формировать у занимающихся социально-значимые потребности, ценностные ориентации, проводить профилактику негативных социальных явлений, формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни; 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; Имеет опыт: готовности к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для освоения профессиональных умений и навыков в процессе обучения в вузе и для дальнейшего обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности после окончания учебного заведения.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

Очная форма обучения
5-й семестр

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	**Практическое занятие №1**: Общеразвивающие упражнения (ОРУ) под музыку – ознакомление. Формирование представления о темпе, характере музыкального произведения, мелодическом рисунке. Музыкальные игры и задания на понимание структуры музыкального произведения. Знакомство с требованиями к подбору музыкального сопровождения с учётом направленности упражнений, с правилами подачи команд под музыку. Демонстрация подготовительной части урока под музыкальное сопровождение. Вольные упражнения на 32 счета (ВУ) – разучивание. Упражнения на координацию.	2
2	**Практическое занятие №2**: Общеразвивающие упражнения (ОРУ) под музыку – ознакомление. Формирование представления о темпе, характере музыкального произведения, мелодическом рисунке. Музыкальные игры и задания на понимание структуры музыкального произведения. Знакомство с требованиями к подбору музыкального сопровождения с учётом направленности упражнений, с правилами подачи команд под музыку. Вольные упражнения на 32 счета (ВУ) – разучивание. Упражнения на координацию. **Текущий контроль 1- проведение общей разминки с использованием танцевальных**	2

	шагов, элементов художественной и ритмической гимнастики, упражнений в партере под музыкальное сопровождение.	
1,2	**Практическое занятие №3**: Разновидности ходьбы, бега (мягкий, приставной, острый, высокий; галоп, подскоки) под музыку различного характера. Разновидности передвижений под музыку. Совершенствование навыка показа ОРУ, подачи команд и методических указаний под музыку. Музыкальные игры и задания на освоение музыкальной грамоты: темп, ритм, структура музыкально произведения, мелодические оттенки. Упражнения художественной гимнастики: переднее равновесие, поворот переступанием, прыжок толчком двумя прогнувшись, расслабление, целостный взмах. Музыкальная игра на внимание. ВУ на 32 счета – тренировка. Упражнения на внимание. **ТК-1**	2
1,2	**Практическое занятие №4**: Разновидности ходьбы, бега (мягкий, приставной, острый, высокий; галоп, подскоки) под музыку различного характера. Разновидности передвижений под музыку. Совершенствование навыка показа ОРУ, подачи команд и методических указаний под музыку. Музыкальные игры и задания на освоение музыкальной грамоты: темп, ритм, структура музыкально произведения, мелодические оттенки. Упражнения художественной гимнастики: переднее равновесие, поворот переступанием, прыжок толчком двумя прогнувшись, расслабление, целостный взмах. Музыкальная игра на внимание. ВУ на 32 счета. Упражнения на внимание. **ТК-1**	2
1,2	**Практическое занятие №5**: СУ. Разновидности передвижений под музыку. Совершенствование навыка показа ОРУ, подачи команд и методических указаний под музыку. Разновидности ходьбы, бега (мягкий, приставной, острый, высокий; галоп, подскоки) под музыку различного характера. Позиции ног и рук. Упражнения художественной гимнастики с предметом: 1) обручем; 2) скакалкой. Освоение хватов, вариантов вращений и восьмёрок в различных плоскостях, прыжков, перекатов и бросков (обруч). Разнообразные «взмахи» (раками, целостный, в различных плоскостях), «пружины», «волны» руками, равновесия на носке одной, скрестный поворот, прыжки толчком двумя с приземлением на одну и наоборот. Музыкальные игры и задания на освоение музыкальной грамоты: темп, ритм, структура музыкально произведения, мелодические оттенки. Распределение заданий по учебной практике: проведение разновидностей передвижений под музыку. ВУ на 32 счета под музыку. **ТК-1**	2
1,2	**Практическое занятие №6**: Позиции ног и рук. Разновидности ходьбы, бега (мягкий, приставной, острый, высокий; галоп, подскоки) под музыку различного характера. Позиции ног и рук.	2

1,2	Упражнения художественной гимнастики с предметом: 1) обручем; 2) скакалкой. Освоение хватов, вариантов вращений и восьмёрок в различных плоскостях, прыжков, перекатов и бросков (обруч). Разнообразные «взмахи» (раками, целостный, в различных плоскостях), «пружины», «волны» руками, равновесия на носке одной, скрестный поворот, прыжки толчком двумя с приземлением на одну и наоборот. Музыкальные игры и задания на освоение музыкальной грамоты: темп, ритм, структура музыкально произведения, мелодические оттенки. Распределение заданий по учебной практике: проведение разновидностей передвижений под музыку. ВУ на 32 счета под музыку – контроль. **Текущий контроль № 2 ВУ на 32 счета. ТК-1** **Практическое занятие №7**: Разновидности передвижений под музыку. Совершенствование навыка показа ОРУ, подачи команд и методических указаний под музыку. Хореографические упражнения: позиции рук и ног. Элементы художественной гимнастики: боковое горизонтальное равновесие одноимённый поворот на 180°, согнув ногу, прыжок шагом. Упражнения художественной гимнастики с предметом. Разучивание комбинации художественной гимнастики без предмета. Учебная практика в проведении разновидностей передвижений под музыку. Распределение заданий по учебной практике в проведении музыкальных игр и заданий. **ТК-1, ТК-2.**	2
1,2	**Практическое занятие №8:** ОРУ без предмета под музыку. Разновидности передвижений под музыку. 2. Совершенствование навыка показа ОРУ, подачи команд и методических указаний под музыку. Хореографические упражнения: позиции рук и ног. Элементы художественной гимнастики: боковое горизонтальное равновесие одноимённый поворот на 180°, согнув ногу, прыжок шагом. Разучивание комбинации художественной гимнастики без предмета Учебная практика в проведении разновидностей передвижений под музыку. **ТК-1**.	2
1,2	**Практическое занятие №9** Разновидности передвижений под музыку. Совершенствование навыка показа ОРУ, подачи команд и методических указаний под музыку. Хореографические упражнения: позиции рук и ног. Элементы художественной гимнастики: боковое горизонтальное равновесие одноимённый поворот на 180°, согнув ногу, прыжок шагом. Разучивание комбинации художественной гимнастики без предмета. Учебная практика в проведении разновидностей передвижений под музыку. **ТК-1**	2
1,2	**Практическое занятие №10**: Разновидности передвижений под музыку. Совершенствование навыка показа ОРУ, подачи команд и методических указаний под музыку. Хореографические упражнения: позиции рук и ног. Элементы художественной гимнастики: боковое горизонтальное равновесие одноимённый поворот на 180°, согнув	2

	ногу, прыжок шагом. Упражнения художественной гимнастики с предметом: 1) мяч; 2) лента. Освоение хватов, кругов и восьмёрок в различных плоскостях, отбивов, перекатов и бросков мяча, змеек и спиралей лентой. Совершенствование композиции художественной гимнастики без предмета. ТК-1.	
1,2 1,2	**Практическое занятие №11**: Учебная практика в проведении музыкальных игр и заданий, направленных на освоение основ музыкальной грамоты. Разучивание комплекса ритмической гимнастики. **ТК-3 Комбинация упражнений художественной гимнастики без предмета**. Разучивание комбинации упражнений с обручем под музыку на 64 счёта. **ТК-1** **Практическое занятие №12**: Разучивание комплекса ритмической гимнастики. Формирование навыков обучения простейшим упражнениям художественной гимнастики. Разучивание зачётной комбинации упражнений с обручем под музыку на 64 счёта. Совершенствование упражнений со скакалкой и мячом. **ТК-1,3**	2 2
1,2	**Практическое занятие №13** Освоение элементов народного танца: 1) русский, 2) белорусский. Формирование навыка проведения танцевальных упражнений: 1) русский, 2) молдавский, 3) греческий танец. Совершенствование зачётной комбинации упражнений с обручем под музыку на 64 счёта. **ТК-1**	2
1,2	**Практическое занятие №14**: Освоение элементов народного танца: 1) русский, 2) белорусский. Формирование навыка проведения танцевальных упражнений: 1) русский, 2) белорусский. Учебная практика в проведении комплекса ритмической гимнастики. Совершенствование зачётной комбинации упражнений с обручем под музыку на 64. **ТК-1**.	2
1,2	**Практическое занятие №15**: Освоение элементов народного танца: 1) русский, 2) белорусский. Разучивание танцевальной комбинации на основе русского танца. Формирование навыка проведения танцевальных упражнений: 1) русский, 2) белорусский. Совершенствование зачётной комбинации упражнений с обручем под музыку на 64 счёта. Подготовка к творческому заданию – упражнение на 64 счета. **ТК-1**	2
1,2	**Практическое занятие №16**: Разучивание танцевальной комбинации на основе русского. Формирование навыка проведения танцевальных упражнений: 1) русский, 2) белорусский. Учебная практика в проведении комплекса ритмической гимнастики. Совершенствование зачётной комбинации упражнений с обручем под музыку на 64 счёта. Подготовка к творческому заданию – упражнение на 64 счета. **ТК-1**	2

1,2	**Практическое занятие №17**: Формирование навыка проведения танцевальных упражнений: 1) русский, 2) белорусский. Совершенствование зачётной комбинации упражнений с обручем под музыку на 64 счёта. Подготовка к творческому заданию – упражнение на 64 счета. **ТК-1**	2
1,2	**Практическое занятие №18**: Освоение элементов бытового и бального танца: 1) полька; 2) мазурка; 3) вальс; 4) ча-ча-ча. Формирование навыка проведения упражнений бытового и бального танца. Учебная практика в проведении ритмической гимнастики. Совершенствование зачётных комбинаций упражнений со скакалкой и мячом на 64 счёта. Распределение заданий по учебной практике в проведении танцевальных упражнений. Подготовка к творческому заданию – упражнение на 64 счета. **ТК-1**	2
1,2	**Практическое занятие №19**: Освоение элементов бытового и бального танца: 1) полька; 2) мазурка; 3) вальс; 4) ча-ча-ча. Разучивание зачётных танцевальных. Формирование навыка проведения упражнений бытового и бального танца. Учебная практика в проведении ритмической гимнастики. Совершенствование зачётных комбинаций упражнений со скакалкой и мячом на 64 счёта. Распределение заданий по учебной практике в проведении танцевальных упражнений. Подготовка к творческому заданию – упражнение на 64 счета. **ТК-1**	2
1,2	**Практическое занятие №20**: Освоение элементов бытового и бального танца: 1) полька; 2) мазурка; 3) вальс; 4) ча-ча-ча. Разучивание зачётных танцевальных комбинаций и сдача микрозачёта. Формирование навыка проведения упражнений бытового и бального танца. Учебная практика в проведении ритмической гимнастики. Распределение заданий по учебной практике в проведении танцевальных упражнений. **Текущий контроль № 4 –упражнение с обручем на 64 счета под музыку** Выполнение танцевальной комбинации. Подготовка к творческому заданию – упражнение на 64 счета. **ТК-1**	2
1,2	**Практическое занятие №21**: Освоение элементов бытового и бального танца: 1) полька; 2) мазурка; 3) вальс; 4) ча-ча-ча. Разучивание зачётных танцевальных комбинаций. Формирование навыка проведения упражнений бытового и бального танца. Подготовка к творческому заданию – упражнение на 64 счета. **ТК-1,4**	2
1,2	**Практическое занятие №22**: Учебная практика в проведении танцевальных упражнений. Учебная практика в проведении ритмической гимнастики. Освоение элементов бытового и бального танца: 1) полька; 2) мазурка; 3) вальс; 4) ча-ча-ча. Разучивание зачётных танцевальных комбинаций. Формирование навыка	2

	проведения упражнений бытового и бального танца. Подготовка к творческому заданию – упражнение на 64 счета. **ТК-1**	
1,2	Практическое занятие №23: Учебная практика в проведении танцевальных упражнений. Учебная практика в проведении ритмической гимнастики. Совершенствование элементов бытового и бального танца: 1) полька; 2) мазурка; 3) вальс; 4) ча-ча-ча. Совершенствование зачётных танцевальных комбинаций. Формирование навыка проведения упражнений бытового и бального танца. Подготовка к творческому заданию – упражнение на 64 счета. Подготовка к сдаче нормативов по ОФП. ТК-1	2
1,2	Практическое занятие №24: Учебная практика в проведении танцевальных упражнений. Учебная практика в проведении ритмической гимнастики. Совершенствование элементов бытового и бального танца: 1) полька; 2) мазурка; 3) вальс; 4) ча-ча-ча. Совершенствование зачётных танцевальных комбинаций. Формирование навыка проведения упражнений бытового и бального танца. Подготовка к творческому заданию – упражнение на 64 счета. Подготовка к сдаче нормативов по ОФП. ТК-1	2
1,2	Практическое занятие №25: Учебная практика в проведении танцевальных упражнений. Учебная практика в проведении ритмической гимнастики. Совершенствование элементов бытового и бального танца: 1) полька; 2) мазурка; 3) вальс; 4) ча-ча-ча. Совершенствование зачётных танцевальных комбинаций. Формирование навыка проведения упражнений бытового и бального танца. Подготовка к творческому заданию – упражнение на 64 счета. Подготовка к сдаче нормативов по ОФП. ТК-1. ТК-5 – упражнение под музыкальное сопровождение на 64 счета	2
1,2	Практическое занятие №26: Учебная практика в проведении танцевальных упражнений. Учебная практика в проведении ритмической гимнастики. Совершенствование элементов бытового и бального танца: 1) полька; 2) мазурка; 3) вальс; 4) ча-ча-ча. Совершенствование зачётных танцевальных комбинаций. Формирование навыка проведения упражнений бытового и бального танца. Подготовка к творческому заданию –	2

	упражнение на 64 счета. Подготовка к сдаче нормативов по ОФП. ТК-1. ТК-5 – упражнение под музыкальное сопровождение на 64 счета	
1,2	Практическое занятие №27: Подвижная игра. Учебная практика в проведении танцевальных упражнений. Совершенствование техники хореографических упражнений (экзерсис). Совершенствование элементов бытового и бального танца: 1) полька; 2) мазурка; 3) вальс; 4) ча-ча-ча. Совершенствование зачётных танцевальных комбинаций. Формирование навыка проведения упражнений бытового и бального танца. Подготовка к сдаче нормативов по ОФП. ТК-1. ТК-5 – упражнение под музыкальное сопровождение на 64 счета	2
1,2	Практическое занятие №28: Совершенствование зачётных танцевальных комбинаций –вальс и ча-ча-ча. Подготовка к сдаче нормативов по ОФП.	2
1,2	**Практическое занятие №29**: Совершенствование зачётных танцевальных комбинаций –вальс и ча-ча-ча. Подготовка к сдаче нормативов по ОФП. **ТК-6 – сдача нормативов по ОФП**.	2

Заочная форма обучения

5-й семестр

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	**Практическое занятие №1**: Разновидности ходьбы, бега (мягкий, приставной, острый, высокий; галоп, подскоки) под музыку различного характера. Разновидности передвижений под музыку. Совершенствование навыка показа ОРУ, подачи команд и методических указаний под музыку. Музыкальные игры и задания на освоение музыкальной грамоты: темп, ритм, структура музыкально произведения, мелодические оттенки. Упражнения художественной гимнастики: переднее равновесие, поворот переступанием, прыжок толчком двумя прогнувшись, расслабление, целостный взмах. Музыкальная игра на внимание. ВУ на 32 счета под музыкальное сопровождение – разучивание. **ТК-1 Вольные упражнения на 32 счета (ВУ) под музыкальное сопровождение**.	2
1	**Практическое занятие №2**: Общеразвивающие упражнения (ОРУ) под музыку – ознакомление. Формирование представления о темпе, характере музыкального произведения, мелодическом рисунке. Музыкальные игры и задания на понимание структуры музыкального произведения. Знакомство с требованиями к подбору музыкального сопровождения с учётом направленности упражнений, с правилами подачи команд под музыку. **Текущий контроль № 2 базовые шаги ча-ча-ча.**	2

2	Практическое занятие №3 Базовые шаги ча-ча-ча и фигурного вальса. Учебная практика в проведении танцевальных упражнений. Учебная практика в проведении ритмической гимнастики. Совершенствование навыка проведения простейших упражнений художественной гимнастики без предмета (пружины, расслабления, взмахи, волны) и с предметами. Разучивание комбинации из шагов и фигур танцев ча-ча-ча и вальса с музыкальным сопровождением. ТК 3 базовые шаги вальса	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Григорьева, И. П. Теория и методика музыкально-ритмического воспитания : учебное пособие / И. П. Григорьева, О. В. Гаевская. — Воронеж : ВГПУ, 2021. — 156 с. — ISBN 978-5-00044-813-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/253355.— Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Жуков, Р. С. Музыкально-ритмическое воспитание в начальной школе : учебное пособие / Р. С. Жуков, Н. В. Минникаева. — Кемерово : КемГУ, 2019. — 145 с. — ISBN 978-5-8353-2594-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/162576. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Мороз, Т. И. Методика преподавания ритмики : учебное пособие для вузов / Т. И. Мороз, Н. В. Поморцева. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 124 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14853-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/497189
4. 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, 2023. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514910
5. Теория и методика музыкального воспитания детей с проблемами в развитии : учебное пособие для вузов / Е. А. Медведева [и др.] ; под редакцией Е. А. Медведевой. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 217 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11911-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/518647

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Аэробика: теория и методика : учебник / Е.С. Крючек, Р.Н. Терехина, Е.Н. Медведева [и др.]; под ред. Е. С. Крючек. - Москва : Академия, 2018. - 189, [1] с. : ил.
2. Баршай, В.М. Гимнастика : учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва :Кнорус, 2016. - 312 с. : ил.
3. Лисицкая, Т. С. Хореография в гимнастике : учебное пособие для вузов / Т. С. Лисицкая. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 242 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07250-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514700
4. Основы музыкально-ритмического воспитания в гимнастике : учебно-методическое пособие / И. П. Панова, С. Ф. Панов, А. А. Чеботарева, Д. В. Татаринова. — Липецк : Липецкий ГПУ, 2021. — 82 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/193663 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Палилей, А. В. Танец и методика его преподавания: русский народный танец : учебное пособие для вузов / А. В. Палилей. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 110 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11141-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/495500

6. Радынова, О. П. Теория и методика музыкального воспитания детей дошкольного возраста : учебник для вузов / О. П. Радынова, Л. Н. Комиссарова ; под общей редакцией О. П. Радыновой. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 293 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09217-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/516947
7. Семибратова, И.С. Профессионально-спортивное совершенствование: хореографическая подготовка : учебное пособие / И.С. Семибратова, О.С. Федорова. - СПб. : [б. и.], 2019. – 109 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник : / авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев ; под общ. ред. С.П. Евсеева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для проведения занятий по дисциплине «Музыкально-ритмическое воспитание» необходимы:

- стандартный гимнастический зал с необходимым оборудованием, маты гимнастические, зеркала настенные, музыкальный центр, палка гимнастическая, скамейка гимнастическая, стенка гимнастическая, обруч гимнастический, станок хореографический.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра теории и методики адаптивного спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Бочче

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«29» августа 2022 г., протокол № 1
Зав. кафедрой _____ Аксенов А.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Доцент каф. ТиМАС Терентьева И.Г.
Ст. преп. каф. ТиМАС Терентьев Ф.В.
Преп. каф. ТиМАС Жуматов М.М.

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе в 6 семестре по очной форме обучения, на 3 курсе в 6 семестре по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
УК-7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Общепрофессиональные компетенции	

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-7.	**УК – 7.1.** Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности	**Знает:** - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре

	работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря **УК – 7.2** Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. **УК-7.3.**	и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря **Умеет:** - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. **Имеет опыт:** - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и

	Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВАС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и видов адаптивного спорта и ИВАС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.	проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВАС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и видов адаптивного спорта и ИВАС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		42						42		
В том числе:										
Занятия лекционного типа										
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		42						42		
Промежуточная аттестация (зачет)		6						6		
Самостоятельная работа студента										
Общая трудоемкость	**часы**	**48**						**48**		
	зачетные единицы									

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		6						6			
В том числе:											
Занятия лекционного типа											
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		6						6			
Промежуточная аттестация (зачет)		4						4			
Самостоятельная работа студента		**38**						**38**			
В том числе: контрольная работа		20						20			
Общая трудоемкость	**часы**	**48**						**48**			
	зачетные единицы										

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Бочче как вид спорта	Правила игры в бочче Техника бросков в игре бочче Тактика игры в бочче Разметка в спортивной игре «Бочче» Инвентарь спортивной игры «Бочче» Размер и форма площадки для игры «Бочче» Правила судейства игры «Бочче»	Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. Имеет опыт: - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВАС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических

			качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и видов адаптивного спорта и ИВАС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.
2.	Игра бочче в специальном олимпийском движении	Правила игры в бочче в специальной олимпиаде Бочче в программе «объединенный спорт»	**Знает:** - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной

			деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и видов адаптивного спорта и ИВАС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.
3.	Игра бочче для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата	Правила игры в бочче для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата Судейство и действия ассистента при игре в бочче Размеры и разметка площадки для игры в Бочче обманных приемов.	**Знает:** - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и

			адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов

			спорта и видов адаптивного спорта и ИВАС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1.	Практическое занятие №1. Правила спортивной игры «Боччe». ***Вопросы для обсуждения:*** Правила игры в бочче	**2**
1.	Практическое занятие №2. Правила спортивной игры «Боччe». ***Вопросы для обсуждения:*** Правила игры в бочче	**2**
1.	Практическое занятие №3. Разметка в спортивной игре «Бочче» ***Вопросы для обсуждения:*** Разметка площадки для игры в Бочче	**2**
1.	Практическое занятие №4. Разметка в спортивной игре «Бочче» ***Вопросы для обсуждения:*** Разметка площадки для игры в Бочче	**2**
1.	Практическое занятие №5. Инвентарь спортивной игры «Боччe». ***Вопросы для обсуждения:*** Инвентарь для игры в Бочче	**2**
1.	Практическое занятие №6. Инвентарь спортивной игры «Боччe». ***Вопросы для обсуждения:*** Инвентарь для игры в Бочче	**2**
1.	Практическое занятие №7. Размер и форма площадки для игры «Бочче» ***Вопросы для обсуждения:*** Размер площадки для игры в Бочче	**2**
1.	Практическое занятие №8. Размер и форма площадки для игры «Бочче» ***Вопросы для обсуждения:*** Размер площадки для игры в Бочче	**2**
1.	Практическое занятие №9. Правила судейства игры «Бочче» ***Вопросы для обсуждения:*** Действия судьи в игре в Бочче	**2**
1.	Практическое занятие №10. Правила судейства игры «Бочче» ***Вопросы для обсуждения:*** Действия судьи в игре в Бочче	**2**
1.	Практическое занятие №11. Техника бросков в игре бочче ***Вопросы для обсуждения:*** Техника бросков в игре бочче	**2**
1.	Практическое занятие №12. Техника бросков в игре бочче	**2**

	Вопросы для обсуждения: Техника бросков в игре бочче	
1.	Практическое занятие №13. Тактика игры в бочче ***Вопросы для обсуждения:*** Тактика игры в бочче	**2**
1.	Практическое занятие №14. Тактика игры в бочче ***Вопросы для обсуждения:*** Тактика игры в бочче	**2**
2.	Практическое занятие №15. Правила игры в бочче в специальной олимпиаде ***Вопросы для обсуждения:*** Правила игры в бочче в специальной олимпиаде	**2**
2.	Практическое занятие №16. Правила игры в бочче в специальной олимпиаде ***Вопросы для обсуждения:*** Правила игры в бочче в специальной олимпиаде	**2**
2.	Практическое занятие №17. Бочче в программе «объединенный спорт» ***Вопросы для обсуждения:*** Бочче в программе «объединенный спорт»	**2**
2.	Практическое занятие №18. Бочче в программе «объединенный спорт» ***Вопросы для обсуждения:*** Бочче в программе «объединенный спорт»	**2**
3.	Практическое занятие №19. Правила игры в бочче для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата ***Вопросы для обсуждения:*** Выполнение тактических действий при игре в тройках.	**2**
3.	Практическое занятие №20. Размеры и разметка площадки для игры в Бочче ***Вопросы для обсуждения:*** Размеры и разметка площадки для игры в Бочче Выполнение тактических обманных приемов.	**2**
3.	Практическое занятие №21. Судейство и действия ассистента при игре в бочче ***Вопросы для обсуждения:*** Судейство и действия ассистента при игре в бочче	**2**

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО ТИПА

1	Практическое занятие №1. Бочче как вид спорта Вопросы для обсуждения: Правила спортивной игры «Бочче». Разметка в спортивной игре «Бочче» Инвентарь спортивной игры «Бочче». Размер и форма площадки для игры «Бочче» Правила судейства игры «Бочче» Техника бросков в игре бочче. Тактика игры в бочче.	**2**
2	Практическое занятие №2. Игра бочче в специальном олимпийском движении	**2**

	Вопросы для обсуждения: Правила игры в бочче в специальной олимпиаде Бочче в программе «объединенный спорт»	
3	Практическое занятие №3. Игра бочче для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата ***Вопросы для обсуждения:*** Правила игры в бочче для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата Размеры и разметка площадки для игры в Бочче Судейство и действия ассистента при игре в бочче	**2**

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Иванов, И. Н. Развитие адаптивного спорта в России и в Волгоградской области : учебное пособие / И. Н. Иванов, Т. В. Бахнова. — Волгоград : ВГАФК, 2021. — 151 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/251576 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник : / авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев ; под общ. ред. С.П. Евсеева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Адаптивный спорт. Настольная книга тренера : учебник / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, А.Г. Абалян [и др.]. — Москва : ПРИНТЛЕТО, 2021. — 599 с. : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. Дробышева, С. А. Основы адаптивной двигательной рекреации. Курс лекций / С. А. Дробышева. — Волгоград : ВГАФК, 2016. — 59 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/158063 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. — 2-е изд., стер. — Москва : Спорт-Человек, 2020. — 616 с. — ISBN 978-5-907225-56-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/165141. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник. - Москва : Спорт, 2016. - 614, [1] с. : ил.
5. Инновационные технологии адаптивной физической культуры, физической культуры и спорта в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; под общ. ред. С. П. Евсеева. - [3-е изд., испр. и доп.]. - Санкт-Петербург : [Галлея принт], 2013. - 274, [1] с. : ил.
6. Рипа, М.Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие для академического бакалавриата по гуманитарным направлениям / М.Д. Рипа, И.В. Кулькова. - Москва :Юрайт, 2018. - 169, [1] с. : ил.
7. Рубцов, А.В. Адаптивный спорт : учебное пособие / А.В. Рубцов. - Москва : Колос-с, 2018. - 176, [2] с.
8. Повышение эффективности процессов совершенствования двигательной деятельности, образования, воспитания и социализации лиц с интеллектуальными нарушениями и повреждениями опорно-двигательного аппарата : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]. - СПб. : [б. и.], 2018. – 118 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Бочче» требует использования специального спортивного инвентаря для игры в бочче: набор для игры в бочче. Занятия по дисциплине «Бочче» требуют их проведения спортивном зале.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Допускается замена оборудования его виртуальными аналогами.

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляется адаптированная рабочая программа дисциплины с учетом потребностей нозологических групп.Для освоения дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья обеспечены следующие **специальные условия**:

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья ***по зрению:***

- Предоставляется альтернативная версия официального сайта в сети «Интернет» для слабовидящих. www.lesgaft.spb.ru.

- В доступных для обучающихся ***(слепых и слабовидящих***), местах и в адаптированной форме размещается информация.

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- Предоставляется мультимедийное сопровождение учебной дисциплины в виде презентаций с использованием программы POWER POINT и других.

- По обращению студентов предоставляются услуги переводчика жестового языка.

- При изучении дисциплины предоставляется возможность пользоваться в аудитории слуховыми аппаратами.

-Для студентов с ограниченными возможностями здоровья, имеющих ***нарушения опорно-двигательного аппарата:***

- Обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения, в котором преподается дисциплина.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра теории и методики адаптивного спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Волейбол сидя

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»
_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«29» 08 2022 г., протокол №1
Зав. кафедрой _____ Аксенов А.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Доцент каф. ТиМАС Терентьева И.Г.
Ст. преп. каф. ТиМАС Терентьев Ф.В.
Преп. каф. ТиМАС Жуматов М.М.

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе в 7 семестре по очной форме обучения, на 4 курсе в 7 семестре по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
УК-7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-7.	**УК – 7.1.** Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами	**Знает:** - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных

	базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря **УК – 7.2** Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. **УК-7.3.** Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВАС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических	видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря **Умеет:** - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. **Имеет опыт:** - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВАС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых

	качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и видов адаптивного спорта и ИВАС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.	видов спорта и видов адаптивного спорта и ИВАС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		44							44	
В том числе:										
Занятия лекционного типа										
Занятия семинарского типа (практические занятия)		44							44	
Промежуточная аттестация (зачет)		6							6	
Самостоятельная работа студента										
Общая трудоемкость	**часы**	**50**							**50**	
	зачетные единицы									

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		6							6		
В том числе:											
Занятия лекционного типа											
Занятия семинарского типа (практические занятия)		6							6		
Промежуточная аттестация (зачет)		4							4		
Самостоятельная работа студента		**40**							40		
В том числе: **контрольная работа**		10							10		
Общая трудоемкость	**часы**	**50**							50		
	зачетные единицы										

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Правила игры, разметка, размеры площадки, инвентарь	Правила спортивной игры «Волейбол сидя». Инвентарь спортивной игры «Волейбол сидя». Разметка и размеры площадки в спортивной игре «Волейбол сидя» Правила судейства игры «Волейбол сидя».	Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. Имеет опыт: - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВАС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности- самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.
2.	Техника игры в «Волейбол сидя»	Обучение выполнению базовых положений сидя на площадке. Обучение основам перемещения по	**Знает:** - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной

		площадке в положении сидя. Обучение технике верхней и нижней передачи в волейболе сидя. Обучение технике верхнего и нижнего приёма в волейболе сидя. Обучение технике атакующего удара в волейболе сидя. Обучение технике подачи в волейболе сидя. Обучение технике блокирования в волейболе сидя.	составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима; -

			планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и видов адаптивного спорта и ИВАС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.
3.	Тактика игры в «Волейбол сидя»	Тактика игры в защите при подаче соперника. Тактика игры в защите при нападении соперника. Тактика игры в нападении при приеме с подачи соперника. Тактика игры в нападении при длительном розыгрыше. Тактика выполнения обманных приемов.	**Знает:** - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; -

			пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и видов адаптивного спорта и ИВАС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1.	Практическое занятие №1. Правила спортивной игры «Волейбол сидя». ***Вопросы для обсуждения:*** Правила игры в Волейбол сидя	**2**
1.	Практическое занятие №2. Разметка и размер площадки в спортивной игре «Волейбол сидя» ***Вопросы для обсуждения:*** Разметка и размеры площадки в спортивной игре «Волейбол сидя»	**2**
1.	Практическое занятие №3. Инвентарь спортивной игры «Волейбол сидя». ***Вопросы для обсуждения:*** Инвентарь для игры в Волейбол сидя	**2**
1.	Практическое занятие №4. Правила судейства игры «Волейбол сидя» ***Вопросы для обсуждения:*** Действия судьи в игре в Волейбол сидя	**2**
2.	Практическое занятие №5. Обучение выполнению базовых положений сидя на площадке. ***Вопросы для обсуждения:*** Основные положения сидя во время игры в волейбол сидя	**2**

2.	Практическое занятие №6. Обучение основ перемещения по площадке в положении сидя. ***Вопросы для обсуждения:*** Основы перемещения в различных направлениях в положении сидя.	**2**
2.	Практическое занятие №7. Обучение технике верхней передачи в волейболе сидя. ***Вопросы для обсуждения:*** Техника выполнения передачи в положение сидя	**2**
2.	Практическое занятие №8. Обучение технике нижней передачи в волейболе сидя. ***Вопросы для обсуждения:*** Техника выполнения нижней передачи в положение сидя	**2**
2.	Практическое занятие №9. Обучение технике верхнего приёма в волейболе сидя. ***Вопросы для обсуждения:*** Техника выполнения верхнего приёма	**2**
2.	Практическое занятие №10. Обучение технике нижнего приёма в волейболе сидя. ***Вопросы для обсуждения:*** Техника выполнения нижнего приёма.	**2**
2.	Практическое занятие №11. Обучение технике атакующего удара в волейболе сидя. ***Вопросы для обсуждения:*** Техника выполнения атакующего удара в волейболе сидя.	**2**
2.	Практическое занятие №12. Обучение технике подачи в волейболе сидя. ***Вопросы для обсуждения:*** Техника выполнения верхней и нижней подачи	**2**
2.	Практическое занятие №13. Обучение технике блокирования в волейболе сидя. ***Вопросы для обсуждения:*** Техника выполнения одиночного и группового блока	**2**
3.	Практическое занятие №14. Тактика игры в защите при подаче соперника. ***Вопросы для обсуждения:*** Выполнение тактических действий при игре в защите при подаче соперника	**2**
3.	Практическое занятие №15. Тактика игры в защите при подаче соперника. ***Вопросы для обсуждения:*** Выполнение тактических действий при игре в защите при подаче соперника	**2**
3.	Практическое занятие №16. Тактика игры в защите при нападении соперника. ***Вопросы для обсуждения:*** Выполнение тактических действий при игре в защите при нападении соперника	**2**
3.	Практическое занятие №17. Тактика игры в защите при нападении соперника. ***Вопросы для обсуждения:*** Выполнение тактических действий при игре в защите при нападении соперника	**2**

3.	Практическое занятие №18. Тактика игры в нападении при приеме с подачи соперника. ***Вопросы для обсуждения:*** Выполнение тактических действий в игре в нападении при приеме с подачи соперника.	**2**
3.	Практическое занятие №19. Тактика игры в нападении при приеме с подачи соперника. ***Вопросы для обсуждения:*** Выполнение тактических действий в игре в нападении при приеме с подачи соперника.	**2**
3.	Практическое занятие №20. Тактика игры в нападении при длительном розыгрыше. ***Вопросы для обсуждения:*** Выполнение тактических действий в нападении при длительном розыгрыше.	**2**
3.	Практическое занятие №21. Тактика игры в нападении при длительном розыгрыше. ***Вопросы для обсуждения:*** Выполнение тактических действий в нападении при длительном розыгрыше.	**2**
3.	Практическое занятие №22.Тактика выполнения обманных приемов. ***Вопросы для обсуждения:*** Выполнение тактических обманных приемов.	**2**

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО ТИПА

1	Практическое занятие №1. Правила игры, разметка, размеры площадки, инвентарь ***Вопросы для обсуждения:*** Правила спортивной игры «Волейбол сидя». Инвентарь спортивной игры «Волейбол сидя». Разметка и размеры площадки в спортивной игре «Волейбол сидя» Правила судейства игры «Волейбол сидя»	**2**
2	Практическое занятие №2. Техника игры в «Волейбол сидя» ***Вопросы для обсуждения:*** Обучение выполнению базовых положений сидя на площадке. Обучение основам перемещения по площадке в положении сидя. Обучение технике верхней и нижней передачи в волейболе сидя. Обучение технике верхнего и нижнего приёма в волейболе сидя. Обучение технике атакующего удара в волейболе сидя. Обучение технике подачи в волейболе сидя. Обучение технике блокирования в волейболе сидя.	**2**
3	Практическое занятие №3. Тактика игры в «Волейбол сидя» ***Вопросы для обсуждения:*** Тактика игры в защите при подаче соперника. Тактика игры в защите при нападении соперника. Тактика игры в нападении при приеме с подачи соперника. Тактика игры в нападении при длительном розыгрыше. Тактика выполнения обманных приемов.	**2**

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Ковыршина, Е.Ю. Разновидности спортивных игр : [учебное пособие] / Е.Ю. Ковыршина, Ю.Н. Эртман, В.Ф. Кириченко; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2017. – 108 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Адаптивный спорт. Настольная книга тренера : учебник / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, А.Г. Абалян [и др.]. — Москва : ПРИНТЛЕТО, 2021. — 599 с. : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. Волейбол для лиц с нарушением в состоянии здоровья (волейбол в положении сидя) : учебно-методическое пособие / В. М. Скляров, И. А. Петров, И. Н. Иванов, Л. П. Игнатова. — Волгоград : ВГАФК, 2015. — 96 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/158031. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. — 2-е изд., стер. — Москва : Спорт-Человек, 2020. — 616 с. — ISBN 978-5-907225-56-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/165141. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник. - Москва : Спорт, 2016. - 614, [1] с. : ил.
5. Инновационные технологии адаптивной физической культуры, физической культуры и спорта в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; под общ. ред. С. П. Евсеева. - [3-е изд., испр. и доп.]. - Санкт-Петербург : [Галлея принт], 2013. - 274, [1] с. : ил.
6. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник : / авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев ; под общ. ред. С.П. Евсеева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/

- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Волейбол сидя» требует использования специального спортивного инвентаря для игры в Волейбол сидя: волейбольные мячи, волейбольная сетка, стойки. Занятия по дисциплине «Волейбол сидя» требуют их проведения в спортивном зале, оборудованном стойками и волейбольной сеткой (высота сетки 115 см).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Допускается замена оборудования его виртуальными аналогами.

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляется адаптированная рабочая программа дисциплины с учетом потребностей нозологических групп. Для освоения дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья обеспечены следующие **специальные условия**:

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья ***по зрению:***

- Предоставляется альтернативная версия официального сайта в сети «Интернет» для слабовидящих. www.lesgaft.spb.ru.

- В доступных для обучающихся ***(слепых и слабовидящих***), местах и в адаптированной форме размещается информация.

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- Предоставляется мультимедийное сопровождение учебной дисциплины в виде презентаций с использованием программы POWER POINT и других.

- По обращению студентов предоставляются услуги переводчика жестового языка.

- При изучении дисциплины предоставляется возможность пользоваться в аудитории слуховыми аппаратами.

-Для студентов с ограниченными возможностями здоровья, имеющих ***нарушения опорно-двигательного аппарата:***

- Обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения, в котором преподается дисциплина.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра физической реабилитации

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Биомеханические и антропометрические методы исследования в физической реабилитации

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»
_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«28» июня 2022 г., протокол № 19
Зав. кафедрой _____ Шевцов А.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Шевцов А.В., заведующий кафедрой физической реабилитации, д-р. биол. наук, профессор
Ивлев В.И. старший преподаватель кафедры физической реабилитации
Киргетова Н.А., преподаватель кафедры физической реабилитации

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе по очной и заочной формам обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(экзамен).***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Профилактический	**ПК-2.** Способен формировать рекомендации по физической активности, соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью закрепления результатов реабилитации, профилактики вторичных и третичных нарушений, улучшения функционального состояния организма реабилитанта; способен проводить коррекционно-развивающие занятия и мероприятия по социализации занимающихся, развитию у них навыков гигиены и самоконтроля, самостоятельного передвижения (в том числе с помощью технических средств реабилитации инвалидов) и бытового самообслуживания, формированию у занимающихся устойчивого интереса к систематическим занятиям адаптивной физической культурой.
Реабилитационный	**ПК-4.** Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры.

2.1.ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ*:*

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ПК-2	**ПК-2.1** Знает: Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. **ПК-2.2.** Умеет: Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных	**ПК-2.1** Знания: Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. **ПК-2.2.** Умения: Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных

	факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. **ПК-2.3.** Имеет опыт: Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.	факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. **ПК-2.3.** Навыки: Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.
ПК-4	**ПК-4.1** Знает: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. **ПК-4.2.** Умеет: Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов **ПК-4.3.** Имеет опыт: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.	**ПК-4.1** Знания: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. **ПК-4.2.** Умения: Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов **ПК-4.3.** Навыки: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		94					94			
В том числе:										
Занятия лекционного типа		38					38			
Занятия семинарского типа (практические занятия)		56					56			
Промежуточная аттестация (экзамен)		18					18			
Самостоятельная работа студента		104					104			
Общая трудоемкость	**часы**	**216**					216			
	зачетные единицы	**6**					6			

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры									
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися		20					20					
В том числе:												
Занятия лекционного типа		8					8					
Занятия семинарского типа (практические занятия)		12					12					
Промежуточная аттестация (экзамен)		9					9					
Самостоятельная работа студента		187					187					
В том числе: выполнение контрольной работы		20					20					
Общая трудоемкость	**часы**	216					216					
	зачетные единицы	6					6					

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Общие основы биомеханических и антропометрических методов исследования в физической реабилитации.	Основные подходы к выполнению тестирования костей и суставов в физической реабилитации. Базовые принципы выполнения мышечного тестирования в физической реабилитации. Общий план описания мышечного тестирования в физической реабилитации.	Знания: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. Умения: Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов Навыки: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.
2	Методы исследования мышц туловища в физической реабилитации.	Нервы туловища. Мышцы туловища. Тестирование функционального состояния мышц спины. Тестирование функционального состояния мышц вентральной части туловища.	Знания: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. Умения: Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской

			и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов Навыки: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.
3	Биомеханические и антропометрические методы исследования позвоночника в физической реабилитации	Исследование объема движений позвоночного столба. Исследование грудной клетки. Исследование шейного отдела позвоночника. Исследование грудного и поясничного отделов позвоночника. Исследование крестцово-подвздошного сустава. Тестирование устойчивости осанки. Синдром компрессии нервных корешков.	Знания: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. Умения: Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов Навыки: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.

4	Методы исследования мышц верхних конечностей в физической реабилитации.	Нервы верхних конечности. Мышцы верхних конечностей. Тестирование функционального состояния мышц верхних конечностей.	Знания: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. Умения: Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов Навыки: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.
5	Биомеханические и антропометрические методы исследования плечевого сустава в физической реабилитации.	Исследование объема движений в плечевом суставе. Ориентировочные тесты. Тесты бурсита. Нестабильность плечевого сустава. Тестирование функционального состояния мышц.	Знания: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. Умения: Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор

			оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов Навыки: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.
6	Биомеханические и антропометрические методы исследования локтевого сустава в физической реабилитации.	Исследование объема движений в локтевом суставе. Тестирование функционального состояния мышц. Ориентировочные тесты.	Знания: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. Умения: Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов Навыки: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.
7	Биомеханические и антропометрические методы	Исследование объема движений в кисти. Тестирование функционального состояния мышц	Знания: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся;

	исследования запястья, кистей и пальцев в физической реабилитации.	запястья, кистей и пальцев.	классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. Умения: Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов Навыки: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.
8	Методы исследования мышц нижних конечностей в физической реабилитации.	Нервы нижних конечности. Мышцы нижних конечностей. Тестирование функционального состояния мышц нижних конечностей.	Знания: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. Умения: Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии

			здоровья и инвалидов Навыки: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.
9	Биомеханические и антропометрические методы исследования тазобедренного сустава в физической реабилитации.	Исследование объема движений в тазобедренном суставе. Тестирование функционального состояния мышц таза.	Знания: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. Умения: Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов Навыки: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.
1	Биомеханические и антропометрические методы исследования коленного сустава в физической реабилитации	Исследование объема движений в коленном суставе. Тесты стабильности связок коленного сустава. Тестирование функционального состояния крестообразных	Знания: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при

	.	связок коленного сустава.	деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. Умения: Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов Навыки: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.
1	Биомеханические и антропометрические методы исследования голеностопного сустава и стопы в физической реабилитации.	Исследование объема движений в голеностопном суставе и стопе. Тестирование функционального состояния мышц голени и стопы.	Знания: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. Умения: Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов Навыки: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по

			физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.
1	Методы исследования мышц при нарушении движений.	Тестирование укороченных мышечных групп. Тестирование гипермобильности.	Знания: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. Умения: Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов Навыки: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Общие основы биомеханических и антропометрических методов исследования в физической реабилитации. -Основные подходы к выполнению тестирования костей и суставов в физической реабилитации. -Базовые принципы выполнения мышечного тестирования в физической реабилитации. -Общий план описания мышечного тестирования в физической реабилитации.	2
2.	Лекция № 2. Методы исследования мышц туловища в физической реабилитации. -Нервы туловища. -Мышцы туловища. -Тестирование функционального состояния мышц спины. -Тестирование функционального состояния мышц вентральной части туловища.	2
3.	Лекция № 3. Биомеханические и антропометрические методы исследования позвоночника в физической реабилитации. -Исследование объема движений позвоночного столба. -Исследование грудной клетки. -Исследование шейного отдела позвоночника. -Исследование грудного и поясничного отделов позвоночника. -Исследование крестцово-подвздошного сустава. -Тестирование устойчивости осанки. -Синдром компрессии нервных корешков.	2
4.	Лекция № 4. Биомеханические и антропометрические методы исследования шейного отдела позвоночника в физической реабилитации. -Исследование объема движений позвоночного столба. -Исследование грудной клетки. -Исследование шейного отдела позвоночника.	2
5.	Лекция № 5. Биомеханические и антропометрические методы исследования грудного отдела позвоночника в физической реабилитации. -Исследование объема движений позвоночного столба. -Исследование грудной клетки. -Исследование грудного отдела позвоночника.	2
6.	Лекция № 6. Биомеханические и антропометрические методы исследования поясничного отдела позвоночника в физической реабилитации. Синдром компрессии нервных корешков. -Исследование объема движений позвоночного столба. -Исследование грудной клетки. -Исследование поясничного отдела позвоночника. -Синдром компрессии нервных корешков.	2
7.	Лекция № 7. Биомеханические и антропометрические методы исследования	2

	осанки в физической реабилитации. -Исследование объема движений позвоночного столба. -Исследование грудной клетки. -Исследование шейного отдела позвоночника. -Исследование грудного и поясничного отделов позвоночника. -Исследование крестцово-подвздошного сустава. -Тестирование устойчивости осанки. -Синдром компрессии нервных корешков.	
8.	Лекция № 8. Методы исследования мышц верхних конечностей в физической реабилитации. -Нервы верхних конечности. -Мышцы верхних конечностей. -Тестирование функционального состояния мышц верхних конечностей.	2
9.	Лекция № 9. Биомеханические и антропометрические методы исследования плечевого сустава в физической реабилитации. -Исследование объема движений в плечевом суставе. -Ориентировочные тесты. -Тесты бурсита. -Нестабильность плечевого сустава. -Тестирование функционального состояния мышц.	2
10.	Лекция № 10. Биомеханические и антропометрические методы исследования локтевого сустава в физической реабилитации. -Исследование объема движений в локтевом суставе. -Тестирование функционального состояния мышц. Ориентировочные тесты.	2
11.	Лекция № 11. Биомеханические и антропометрические методы исследования запястья, кистей и пальцев в физической реабилитации. -Исследование объема движений в кисти. -Тестирование функционального состояния мышц запястья, кистей и пальцев.	2
12.	Лекция № 12. Методы исследования мышц нижних конечностей в физической реабилитации. -Нервы нижних конечности. -Мышцы нижних конечностей. -Тестирование функционального состояния мышц нижних конечностей.	2
13.	Лекция № 13. Биомеханические и антропометрические методы исследования тазобедренного сустава в физической реабилитации. -Исследование объема движений в тазобедренном суставе. -Тестирование функционального состояния мышц таза.	2
14.	Лекция № 14. Биомеханические и антропометрические методы исследования коленного сустава в физической реабилитации. -Исследование объема движений в коленном суставе. -Тесты стабильности связок коленного сустава. -Тестирование функционального состояния крестообразных связок коленного сустава.	2
15.	Лекция № 15. Биомеханические и антропометрические методы исследования в программе реабилитации после повреждений крестообразных связок. -Исследование объема движений в голеностопном суставе и стопе. -Тестирование функционального состояния мышц голени и стопы.	2
16.	Лекция № 16. Биомеханические и антропометрические методы	2

	исследования голеностопного сустава в физической реабилитации. -Исследование объема движений в голеностопном суставе и стопе. -Тестирование функционального состояния мышц голени и стопы.	
17.	Лекция № 17. Биомеханические и антропометрические методы исследования стопы в физической реабилитации. -Исследование объема движений в голеностопном суставе и стопе. -Тестирование функционального состояния мышц голени и стопы.	2
18.	Лекция № 18. Методы исследования мышц при нарушении движений. Тестирование укороченных мышечных групп. -Тестирование укороченных мышечных групп. -Тестирование гипермобильности.	2
19.	Лекция № 19. Методы исследования мышц при нарушении движений. Тестирование гипермобильности. -Тестирование укороченных мышечных групп. -Тестирование гипермобильности.	2

ЗАНЯТИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий практического типа*	*Кол-во часов*
1.	Практическое занятие № 1. Тестирование мышц туловища в рамках формирования индивидуального маршрута реабилитации. Тестирование функционального состояния мышц спины. Оценка подвижности позвоночника: Тест на боковое сгибание в поясничном отделе позвоночника, тест складки Киблера, тест поясничной мышцы.	2
2.	Практическое занятие № 2. Тестирование мышц туловища в рамках формирования индивидуального маршрута реабилитации. Тестирование функционального состояния мышц вентральной части туловища. Тест прямой падающей ноги Ласега, гиперэкстензионный тест, тест Гувера, тест для оценки подвздошно-поясничной связки.	2
3.	Практическое занятие № 3. Тестирование и оценка анатомо-функционального состояния грудной клетки. Тест на оценку подвижности грудного отдела позвоночника, тест Отта.	2
4.	Практическое занятие № 4. Тестирование и оценка анатомо-функционального состояния шейного отдела позвоночника. Тест на определение ротационных движений, тест ротации головы при максимальном разгибании, тест ротации головы при максимальном сгибании, тестирование функции сегментов шейного отдела позвоночника, тест О'Донахью, тест дистракции шейного отдела позвоночника.	2
5.	Практическое занятие № 5. Тестирование и оценка анатомо-функционального состояния грудного отдела позвоночника. Антропометрическое исследование грудного отдела.	2
6.	Практическое занятие № 6. Тестирование и оценка анатомо-функционального состояния поясничного отдела позвоночника. Тест на упругость. Трехэтапный гиперэкстензионный тест. Тест Гувера.	2
7.	Практическое занятие № 7. Методы исследования крестцово-подвздошного сустава. Тест эластичности крестцово-подвздошного сустава. Тест на подвижность крестцово-подвздошного сустава. Нагрузочный тест в отведении. Тест нагрузки на крестцово-подвздошный сустав.	2
8.	Практическое занятие № 8. Тестирование осанки в рамках формирования индивидуального маршрута реабилитации. Тест Отта, тест Шобера, инклиометрическое тестирование позвоночника. Тест устойчивости осанки Матиасса. Тест Крауза-Вебера.	2
9.	Практическое занятие № 9. Тестирование функционального состояния мышц верхних конечностей. Лопатка и плечевой сустав. Тест надостной мышцы Джобе, подлопаточный тест, тест отрыва Гербера, тест отведения в наружной ротации, тест круглой мышцы, тест на импиджмент по Хавкинсу и Кеннеди, тест поперечной связки плеча.	2
10.	Практическое занятие № 10. Тестирование функционального состояния мышц верхних конечностей. Локтевой сустав и предплечье. Исследование объема движений в локтевом суставе. Тест гиперфлексии. Тест супинационного напряжения. Тесты на эпикондилит. Тесты компрессионного синдрома.	2
11.	Практическое занятие № 11. Тестирование функционального состояния	2

	мышц верхних конечностей. Лучезапястный сустав. Исследование объема движений в локтевом суставе. Тест гиперфлексии. Тест супинационного напряжения. Тесты на эпикондилит. Тесты компрессионного синдрома.	
12.	Практическое занятие № 12. Тестирование функционального состояния мышц верхних конечностей. Пястно-фаланговые суставы. Тесты сухожилий сгибателей кисти. Тест Мукарда. Тест Финкельштейна. Тесты двигательной функции кисти.	2
13.	Практическое занятие № 13. Тестирование функционального состояния мышц верхних конечностей. Межфаланговые суставы. Тест Ватсона (тест ладьевидного смещения). Тест Реагана (тест трехгранно-полулунного баллотирования).	2
14.	Практическое занятие № 14. Тестирование и оценка анатомо-функционального состояния плечевого сустава в физической реабилитации. Исследование объема движений в плечевом суставе. Ориентировочные тесты. Быстрый тест комбинированного движения. Симптом Кодмана. Тест ладони и пальца.	2
15.	Практическое занятие № 15. Тестирование и оценка анатомо-функционального состояния плечевого сустава в физической реабилитации. Тесты бурсита. Нестабильность плечевого сустава. Тест Даубама. Тест на симптом бурсита. Тест отведения рук из положения 0. Симптом «флейтиста». Тест «Болезненная дуга».	2
16.	Практическое занятие № 16. Тестирование и оценка анатомо-функционального состояния локтевого сустава в физической реабилитации. Исследование объема движений в локтевом суставе. Ориентировочные тесты. Тест гиперфлексии. Тест супинационного напряжения. Тест варусного напряжения. Тест вальгусного напряжения.	2
17.	Практическое занятие № 17. Тестирование и оценка анатомо-функционального состояния запястья, кистей и пальцев в физической реабилитации. Тест Reagan (тест трехгранно-полулунного баллотирования). Тест Буннель-Литтера. Тест Линбурга. Тест сжимания. Тест Мукарда.	2
18.	Практическое занятие № 18. Тестирование функционального состояния мышц нижних конечностей в физической реабилитации. Тазобедренный сустав. Тест контрактуры прямой мышцы бедра. Тест разгибания бедра. Компрессионный тест Нобла. Боль в ноге при аксиальной компрессии. Тест ригидности тазобедренного	2

	сустава. Симптом раздражения вертела. Тесты дисплазии тазобедренного сустава.	
19.	Практическое занятие № 19. Тестирование функционального состояния мышц нижних конечностей в физической реабилитации. Коленный сустав. Тест тракции четырехглавой мышцы. Тест тракции прямой мышцы. Тест «танцующего надколенника». Тест болезненности фасеток. Тест крепитации. Тест чувствительности Фэйрбэнка.	2
20.	Практическое занятие № 20. Тестирование функционального состояния мышц нижних конечностей в физической реабилитации. Голеностопный сустав. Тест Грифка. Тест Странски. Тест смещения пальца. Тест крепитации. Тест поколачивания по ахиллову сухожилию.	2
21.	Практическое занятие № 21. Тестирование функционального состояния мышц нижних конечностей в физической реабилитации. Плюснефаланговые и межфаланговые суставы стопы. Тест коррекции приведения переднего отдела стопы. Тест эластичности стопы. Тест подставки Колемана. Тест поколачивания по плюсневым костям. Тест смещения пальца.	2
22.	Практическое занятие № 22. Тестирование и оценка анатомо-функционального состояния тазобедренного сустава в физической реабилитации. Исследование объема движений в тазобедренном суставе. Тестирование функционального состояния мышц таза. Симптом раздражения вертела. Тест заднего края. Симптом телескопа. Тест наковальни. Тест кончиков пальцев.	2
23.	Практическое занятие № 23. Тестирование и оценка анатомо-функционального состояния коленного сустава в физической реабилитации. Исследование объема движений в коленном суставе. Тесты стабильности связок коленного сустава. Тест Пайра. Тест Мерке. Ротационно-компрессионный тест Песслера. Тест Уилсона. Тест отведения и приведения.	2
24.	Практическое занятие № 24. Тестирование и оценка анатомо-функционального состояния коленного сустава в физической реабилитации. Тестирование функционального состояния крестообразных связок коленного сустава. Тест Лахмана. Тест переднего выдвижного ящика при сгибании 90°. Тест смещения стержня. Градуированный тест смещения стержня Якоба. Модифицированный тест смещения стержня.	2

	Тест Слокума. Тест перекрещивания Арнольда.	
25.	Практическое занятие № 25. Тестирование и оценка анатомо-функционального состояния голеностопного сустава в физической реабилитации. Тест поколачивания по ахиллову сухожилию. Тест эластичности стопы. Тест выдвижного ящика.	2
26.	Практическое занятие № 26. Тестирование и оценка анатомо-функционального состояния стопы в физической реабилитации. Тест Тинеля. Тест Хоффа. Тест щелчка Мулдера.	2
27.	Практическое занятие № 27. Тестирование функционального состояния мышц при нарушении движений. Тестирование укороченных мышечных групп. Тест ромбовидных мышц. Тест верхних зубчатых мышц. Тест нижних зубчатых мышц. Тест надостной мышцы. Тест подостной мышцы.	2
28.	Практическое занятие № 28. Тестирование функционального состояния мышц при нарушении движений. Тестирование гипермобильности. Гониометрическое тестирование локтевого сустава. Гониометрическое тестирование коленного сустава. Гониометрическое тестирование голеностопного сустава. Гониометрическое тестирование плечевого сустава.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Биомеханические и антропометрические методы исследования позвоночника в физической реабилитации. -Исследование объема движений позвоночного столба. -Исследование грудной клетки. -Исследование шейного отдела позвоночника. -Исследование грудного и поясничного отделов позвоночника. -Исследование крестцово-подвздошного сустава. -Тестирование устойчивости осанки. -Синдром компрессии нервных корешков.	2
2.	Лекция № 2. Биомеханические и антропометрические методы исследования плечевого сустава в физической реабилитации. -Исследование объема движений в плечевом суставе. -Ориентировочные тесты. -Тесты бурсита. -Нестабильность плечевого сустава. -Тестирование функционального состояния мышц.	2
3.	Лекция № 3. Биомеханические и антропометрические методы исследования тазобедренного сустава в физической реабилитации.	2

	-Исследование объема движений в тазобедренном суставе. -Тестирование функционального состояния мышц таза.	
4.	Лекция № 4. Биомеханические и антропометрические методы исследования коленного и голеностопного сустава в физической реабилитации. -Исследование объема движений в коленном суставе. -Тесты стабильности связок коленного сустава. -Тестирование функционального состояния крестообразных связок коленного сустава.	2

ЗАНЯТИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий практического типа*	*Кол-во часов*
1.	Практическое занятие № 1. Тестирование и оценка анатомо-функционального состояния шейного отдела позвоночника. Тест на определение ротационных движений, тест ротации головы при максимальном разгибании, тест ротации головы при максимальном сгибании, тестирование функции сегментов шейного отдела позвоночника, тест О'Донахью, тест дистракции шейного отдела позвоночника.	2
2.	Практическое занятие № 2. Тестирование и оценка анатомо-функционального состояния грудного отдела позвоночника. Тест на оценку подвижности грудного отдела позвоночника. Тест Отта.	2
3.	Практическое занятие № 3. Тестирование и оценка анатомо-функционального состояния поясничного отдела позвоночника. Тест на упругость. Трехэтапный гиперэкстензионный тест. Тест Гувера.	2
4.	Практическое занятие № 4. Тестирование и оценка анатомо-функционального состояния плечевого сустава в физической реабилитации. Тест надостной мышцы Джобе, подлопаточный тест, тест отрыва Гербера, тест отведения в наружной ротации, тест круглой мышцы, тест на импиджмент по Хавкинсу и Кеннеди, тест поперечной связки плеча.	2
5.	Практическое занятие № 5. Тестирование и оценка анатомо-функционального состояния тазобедренного сустава в физической реабилитации. Исследование объема движений в тазобедренном суставе. Тестирование функционального состояния мышц таза. Симптом раздражения вертела. Тест заднего края. Симптом телескопа. Тест наковальни. Тест кончиков пальцев.	2
6.	Практическое занятие № 6. Тестирование и оценка анатомо-функционального состояния коленного и голеностопного сустава в физической реабилитации. Тест тракции четырехглавой мышцы. Тест тракции прямой мышцы. Тест «танцующего надколенника». Тест болезненности фасеток. Тест крепитации. Тест чувствительности Фэйрбэнка. Тест Грифка. Тест Странски. Тест смещения пальца.	2

	Тест крепитации. Тест поколачивания по ахиллову сухожилию.	

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Гурьянова, Е. А. Вопросы медицинской реабилитации : учебное пособие / Е. А. Гурьянова, О. А. Тихоплав. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 292 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=599355
2. Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой : учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 253 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07030-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513484
3. Ткачук, М.Г. Антропология: история и методы исследования : учебное пособие / М.Г. Ткачук, Е.А. Олейник, А.А. Дюсенова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. – 128 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Ткачук, М.Г. Спортивная морфология : учебное пособие / М.Г. Ткачук, Е.А. Олейник, А.А. Дюсенова. - СПб. : [б. и.], 2014. – 103 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Биленко, А.Г. Инструментальные методы контроля физической подготовленности спортсменов : учебное пособие / А.Г. Биленко, Л.П. Говорков, Л.Л. Ципин ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2019. — 151 с. : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. Губа, В.П. Спортивная морфология : учебник для вузов / В.П. Губа, В.Н. Чернова. - Москва : Советский спорт, 2020. - 351 с. : ил.
3. Дубровский, В.И. Физическая реабилитация инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебник / В.И. Дубровский, А.В. Дубровская. - Москва : Бином, 2010. - 414, [32] с. : ил.
4. Мартиросов, Э.Г. Применение антропологических методов в спорте, спортивной медицине и фитнесе : учебное пособие / Э.Г. Мартиросов, С.Г. Руднев, Д.В. Николаев. - Москва : Физическая культура, 2010. - 119 с. : ил.
5. Основы физической реабилитации : учебник / А.Н. Налобина, Т.Н. Федорова, И.Г. Таламова, Н.М. Курч; под ред. А. Н. Налобиной. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2017. -328 с. : цв. ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Потапчук, А.А. Физическая реабилитация при заболеваниях в детском и подростковом возрасте : учебное пособие / А.А. Потапчук. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. – 113 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Спортивная медицина : учебник / под ред. А. В. Смоленского. - Москва : Академия, 2015. - 318, [1] с. : ил.
8. Ткачук, М.Г. Спортивная морфология : учебник / М.Г. Ткачук, Е.А. Олейник, А.А. Дюсенова;- СПб. : [б. и.], 2019. – 290 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

1. **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №119** (1 этаж, нежилое помещение №28)– Специализированная мебель: Учебный стол-55 шт.; скамья-55 шт., письменный стол-2шт., стул 4 шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Epson EB-X41-1-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

2. **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №3** (1 этаж, нежилое помещение №8)– Специализированная мебель: Учебный стол-18 шт.; скамья-24 шт., письменный стол-1шт., стул-4шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual 220x220MW настенный-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur-1шт.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

3. **Помещение для проведения практических занятий - Зал АФК** (1этаж, нежилое помещение №15)- Оборудование: Зеркало 23,4 м.кв., инвалидная коляска "Динамика-М"-2шт., мяч волейбольный Mikasa MVA 200-2шт., набор для игры Бочча "NoName"-1шт., набор для Паралимпийского бочча (мячи)-1 шт., складной массажный стол "Перфект-190", 190x70x70-6 шт.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра физической реабилитации

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Методы физической реабилитации

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»
_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«28» июня 2022 г., протокол № 19
Зав. кафедрой _____ **Шевцов А.В.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Шевцов А.В., заведующий кафедрой физической реабилитации, д-р. биол. наук, профессор
Киргетова Н.А., преподаватель кафедры физической реабилитации

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 и 4 курсе по очной и заочной формам обучения. Виды промежуточной аттестации: 6 семестр - ***зачет***, 7 семестр - ***экзамен.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Научно-исследовательские	ПК-3. Способен проводить педагогическое наблюдение, тестирование психического и физического состояния занимающихся в процессе реабилитационных мероприятий; осуществлять контроль утомляемости и переносимости нагрузок; формулировать задачи реабилитационных мероприятий, подбирать соответствующие средства и способы их решения, регулировать психофизическую нагрузку в процессе занятий на основании выявленных параметров функциональных систем организма; определять соотношение различных видов нагрузок с учетом специфики заболевания, возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей.
Реабилитационный	ПК-4. Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры.

2.1.ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ*:*

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ПК- 3	**ПК-3.1**. Знает: Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся; передовой опыт физической реабилитации в спорте, медицине и адаптивной физической культуре; методы сбора и обработки первичной информации; определение целей, задач и содержания физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в	**ПК-3.1.** Знания: Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся; передовой опыт физической реабилитации в спорте, медицине и адаптивной физической культуре; методы сбора и обработки первичной информации; определение целей, задач и содержания физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в

	состоянии здоровья (включая инвалидов). **ПК-3.2.** Умеет: Прогнозировать результаты физической реабилитации на основании оценки потребностей, личностных ресурсов и рисков реабилитанта, его жизненной ситуации; оценивать эффективность применяемых методов физической реабилитации, оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и средовых ресурсов; протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации. **ПК-3.3.** Имеет опыт: Мониторинга и оценки результатов проведения физической реабилитации; оценки индивидуального прогресса реабилитанта; подбора достоверных методов диагностики для исследования отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни, характеру и способам решения проблем; контроля двигательной активности и физического состояния занимающихся; выявления проблем и резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; формирования банка педагогической и другой информации (нормативно-правовой, научно-методической, методической) в области физической реабилитации.	состоянии здоровья (включая инвалидов). **ПК-3.2.** Умения: Прогнозировать результаты физической реабилитации на основании оценки потребностей, личностных ресурсов и рисков реабилитанта, его жизненной ситуации; оценивать эффективность применяемых методов физической реабилитации, оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и средовых ресурсов; протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации. **ПК-3.3.** Навыки: Мониторинга и оценки результатов проведения физической реабилитации; оценки индивидуального прогресса реабилитанта; подбора достоверных методов диагностики для исследования отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни, характеру и способам решения проблем; контроля двигательной активности и физического состояния занимающихся; выявления проблем и резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; формирования банка педагогической и другой информации (нормативно-правовой, научно-методической, методической) в области физической реабилитации.
ПК-4	**ПК-4.1.** Знает: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. **ПК-4.2.** Умеет: Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и	**ПК-4.1** Знания: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. **ПК-4.2.** Умения: Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и

	методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов **ПК-4.3.** Имеет опыт: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.	методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. **ПК-4.3.** Навыки: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		84						48	36	
В том числе:										
Занятия лекционного типа		38						22	16	
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		46						26	20	
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)		24						6	18	
Самостоятельная работа студента		108						54	54	
Общая трудоемкость	**часы**	**216**						108	108	
	зачетные единицы	**6**						3	3	

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры									
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися		22						10	12			
В том числе:												
Занятия лекционного типа		8						4	4			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		14						6	8			
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)		13						4	9			
Самостоятельная работа студента		181						94	87			
Выполнение контрольной работы		40						20	20			
Общая трудоемкость	**часы**	**216**						108	108			
	зачетные единицы	**6**						3	3			

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Общие основы дисциплины «Физическая реабилитация»	Понятие о физической реабилитации. Цели, задачи и содержание физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья. Принципы физической реабилитации. Этапы физической реабилитации. Мониторинг и оценка результатов проведения физической реабилитации.	Знания: Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся; передовой опыт физической реабилитации в спорте, медицине и адаптивной физической культуре; методы сбора и обработки первичной информации; определение целей, задач и содержания физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. Умения: Прогнозировать результаты физической реабилитации на основании оценки потребностей, личностных ресурсов и рисков реабилитанта, его жизненной ситуации; оценивать эффективность применяемых методов физической реабилитации, оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и средовых ресурсов; протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации. Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов Навыки: Мониторинга и оценки результатов проведения физической реабилитации; оценки индивидуального прогресса реабилитанта; подбора достоверных методов диагностики для исследования отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни, характеру и способам решения проблем; контроля двигательной активности и физического состояния занимающихся; выявления проблем и резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; формирования банка педагогической и другой информации (нормативно-правовой, научно-методической, методической) в области физической реабилитации. Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.
2.	Физические	Лечебная физическая	Знания: Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения,

	методы реабилитации.	культура в физической реабилитации Мануальная терапия и массаж в физической реабилитации. Механотерапия в физической реабилитации. Эрготерапия в физической реабилитации. Физиотерапия в физической реабилитации. Электромиостимуляция в физической реабилитации. Гидротерапия в физической реабилитации. Методы физической реабилитации, основанные на биологической обратной связи.	классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся; передовой опыт физической реабилитации в спорте, медицине и адаптивной физической культуре; методы сбора и обработки первичной информации; определение целей, задач и содержания физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. Умения: Прогнозировать результаты физической реабилитации на основании оценки потребностей, личностных ресурсов и рисков реабилитанта, его жизненной ситуации; оценивать эффективность применяемых методов физической реабилитации, оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и средовых ресурсов; протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации. Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов Навыки: Мониторинга и оценки результатов проведения физической реабилитации; оценки индивидуального прогресса реабилитанта; подбора достоверных методов диагностики для исследования отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни, характеру и способам решения проблем; контроля двигательной активности и физического состояния занимающихся; выявления проблем и резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; формирования банка педагогической и другой информации (нормативно-правовой, научно-методической, методической) в области физической реабилитации. Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.
3.	Психологические методы физической реабилитации.	Предмет и задачи психотерапии. Психотерапия в физической реабилитации. Основные методы и этапы психотерапии.	Знания: Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся; передовой опыт физической реабилитации в спорте, медицине и адаптивной физической культуре; методы сбора и обработки первичной информации; определение целей, задач и содержания физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в

			состоянии здоровья (включая инвалидов). Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. Умения: Прогнозировать результаты физической реабилитации на основании оценки потребностей, личностных ресурсов и рисков реабилитанта, его жизненной ситуации; оценивать эффективность применяемых методов физической реабилитации, оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и средовых ресурсов; протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации. Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов Навыки: Мониторинга и оценки результатов проведения физической реабилитации; оценки индивидуального прогресса реабилитанта; подбора достоверных методов диагностики для исследования отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни, характеру и способам решения проблем; контроля двигательной активности и физического состояния занимающихся; выявления проблем и резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; формирования банка педагогической и другой информации (нормативно-правовой, научно-методической, методической) в области физической реабилитации. Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.
4.	Методы физической реабилитации в санаторно-курортном лечении.	Общие основы санаторно-курортного лечения в физической реабилитации. Климатотерапия в физической реабилитации. Пелоидетерапия в физической реабилитации. Бальнеотерапия в физической реабилитации.	Знания: Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся; передовой опыт физической реабилитации в спорте, медицине и адаптивной физической культуре; методы сбора и обработки первичной информации; определение целей, задач и содержания физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания,

		Криотерапия в физической реабилитации. Современные методы физической реабилитации.	внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. Умения: Прогнозировать результаты физической реабилитации на основании оценки потребностей, личностных ресурсов и рисков реабилитанта, его жизненной ситуации; оценивать эффективность применяемых методов физической реабилитации, оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и средовых ресурсов; протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации. Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов Навыки: Мониторинга и оценки результатов проведения физической реабилитации; оценки индивидуального прогресса реабилитанта; подбора достоверных методов диагностики для исследования отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни, характеру и способам решения проблем; контроля двигательной активности и физического состояния занимающихся; выявления проблем и резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; формирования банка педагогической и другой информации (нормативно-правовой, научно-методической, методической) в области физической реабилитации. Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА (6 семестр)

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Общие основы дисциплины «Физическая реабилитация». Понятие о физической реабилитации. Принципы физической реабилитации.	2
2.	Лекция № 2. Общие основы дисциплины «Физическая реабилитация». Цели, задачи и содержание физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья.	2
3.	Лекция № 3. Этапы физической реабилитации.	2
4.	Лекция № 4. Мониторинг и оценка результатов проведения физической реабилитации.	2
5.	Лекция № 5. Лечебная физическая культура в физической реабилитации.	2
6.	Лекция № 6. Мануальная терапия и массаж в физической реабилитации.	2
7.	Лекция № 7. Механотерапия в физической реабилитации.	2
8.	Лекция № 8. Эрготерапия в физической реабилитации.	2
9.	Лекция № 9. Физиотерапия в физической реабилитации.	2
10.	Лекция № 10. Гидротерапия в физической реабилитации.	2
11.	Лекция № 11. Методы физической реабилитации, основанные на биологической обратной связи.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА (6 семестр)

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Практическое занятие № 1. Критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации.	2
2.	Практическое занятие № 2. Методы сбора и обработки первичной информации в процессе физической реабилитации.	2
3.	Практическое занятие № 3. Определение целей, задач и содержания физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья (включая инвалидов).	2
4.	Практическое занятие № 4. Анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся.	2
5.	Практическое занятие № 5. Лечебная физическая культура в физической реабилитации.	2
6.	Практическое занятие № 6. Мануальная терапия и массаж в физической реабилитации.	2
7.	Практическое занятие № 7. Механотерапия в физической реабилитации.	2
8.	Практическое занятие № 8. Эрготерапия в физической реабилитации.	2
9.	Практическое занятие № 9. Физиотерапия в физической реабилитации.	2
10.	Практическое занятие № 10. Физиотерапия в физической реабилитации.	2
11.	Практическое занятие № 11. Электромиостимуляция в физической реабилитации.	2
12.	Практическое занятие № 12. Гидротерапия в физической реабилитации.	2
13.	Практическое занятие № 13. Методы физической реабилитации, основанные на биологической обратной связи.	2

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА (7 семестр)

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Психологические методы физической реабилитации.	2
2.	Лекция № 2. Предмет и задачи психотерапии. Психотерапия в физической реабилитации.	2
3.	Лекция № 3. Общие основы санаторно-курортного лечения в физической реабилитации.	2
4.	Лекция № 4. Методы физической реабилитации в санаторно-курортном лечении.	2
5.	Лекция № 5. Климатотерапия в физической реабилитации.	2
6.	Лекция № 6. Бальнеотерапия в физической реабилитации.	2
7.	Лекция № 7. Криотерапия в физической реабилитации. Современные методы физической реабилитации.	2
8.	Лекция № 8. Пелоидетерапия в физической реабилитации.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА (7 семестр)

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Практическое занятие № 1. Психологические методы физической реабилитации. Основные методы и этапы психотерапии.	2
2.	Практическое занятие № 2. Психологические методы физической реабилитации. Основные методы и этапы психотерапии.	2
3.	Практическое занятие № 3. Аутогенная тренировка в физической реабилитации.	2
4.	Практическое занятие № 4. Климатотерапия в физической реабилитации.	2
5.	Практическое занятие № 5. Климатотерапия в физической реабилитации.	2
6.	Практическое занятие № 6. Бальнеотерапия в физической реабилитации.	2
7.	Практическое занятие № 7. Бальнеотерапия в физической реабилитации.	2
8.	Практическое занятие № 8. Криотерапия в физической реабилитации. Современные методы физической реабилитации.	2
9.	Практическое занятие № 9. Пелоидетерапия в физической реабилитации.	2
10.	Практическое занятие № 10. Пелоидетерапия в физической реабилитации.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА (6 семестр)

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Общие основы дисциплины «Физическая реабилитация». Лечебная физическая культура в физической реабилитации.	2
3.	Лекция № 2. Мануальная терапия и массаж в физической реабилитации. Механотерапия в физической реабилитации.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА (6 семестр)

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Практическое занятие № 1. Мониторинг и оценка результатов проведения физической реабилитации.	2

2.	Практическое занятие № 2. Гидротерапия в физической реабилитации. Эрготерапия в физической реабилитации.	2
3.	Практическое занятие № 3. Физиотерапия в физической реабилитации. Электромиостимуляция в физической реабилитации.	2

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА (7 семестр)

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Психологические методы физической реабилитации. Методы физической реабилитации в санаторно-курортном лечении.	2
2.	Лекция № 2. Климатотерапия в физической реабилитации. Бальнеотерапия в физической реабилитации.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА (7 семестр)

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Практическое занятие № 1. Психологические методы физической реабилитации. Основные методы и этапы психотерапии.	2
2.	Практическое занятие № 2. Аутогенная тренировка в физической реабилитации. Гидротерапия в физической реабилитации.	2
3.	Практическое занятие № 3. Климатотерапия в физической реабилитации. Бальнеотерапия в физической реабилитации. Пелоидотерапия в физической реабилитации.	2
4.	Практическое занятие № 4. Современные методы физической реабилитации	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Лутков, В.Ф. Современные методики тейпирования для профилактики перенапряжения опорно-двигательного аппарата спортсменов: учебное пособие / В.Ф. Лутков. - СПб. : [б. и.], 2018. – 155 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре: учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко. - Малаховка : [б. и.], 2018. -360 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Левенков, А.Е. Физические методы в комплексной реабилитации заболеваний и спортивных травм : учебное пособие / А.Е. Левенков; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. – 118 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
4. Шпак, С.Л. Методика гидрореабилитации : учебное пособие / С.Л. Шпак, Д.Ю. Казаков; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 231 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Спатаева, М. Х. Физическая реабилитация: профилактика миофасциального синдрома в силовых видах спорта : учебное пособие / М. Х. Спатаева, А. С. Лазаренко ; Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2017. – 108 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563140

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

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, 2023. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08390-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/516453
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, 2023. — 210 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14815-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/520324
3. Громова, О.В. Комплексная реабилитация больных и инвалидов : учебное пособие / О.В. Громова. - Москва : Колосс, 2018. - 181, [1] с. : ил.
4. Ильина, И. В. Медицинская реабилитация : учебник для вузов / И. В. Ильина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 276 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00383-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/512106
5. Ильина, И. В. Медицинская реабилитация. Практикум : учебное пособие для вузов / И. В. Ильина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 393 с. — (Высшее

образование). — ISBN 978-5-534-01250-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513915
6. Основы физической реабилитации : учебник / А. Н. Налобина, Т. Н. Фёдорова, И. Г. Таламова, Н. М. Курч ; под редакцией А. Н. Налобиной. — Омск : СибГУФК, 2017. — 328 с. — ISBN 978-5-91930-078-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/107602 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
7. Ряпина, В. О. Основы физической реабилитации в адаптивной физической культуре. Курс лекций : учебное пособие / В. О. Ряпина. — Волгоград : ВГАФК, 2016. — 213 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/158084.— Режим доступа: для авториз. пользователей.
8. Система контроля уровня физического развития и физической подготовленности для комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова [и др.] ; под общей редакцией Т. П. Бегидовой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 87 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14809-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/520331
9. Физическая реабилитация : учебник : в 2 т. Т. 1 / под ред. С. Н. Попова. - 2-е изд., стер. - Москва : Академия, 2016. - 283, [1] с. : ил.
10. Цицкишвили, Н.И. Немедикаментозная терапия заболеваний сердечно-сосудистой системы : учебное пособие / Н.И. Цицкишвили, М.Л. Гинзбург, И.В. Осадченко; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. - Малаховка : [б. и.], 2017. – 241 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

1. **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №119** (1 этаж, нежилое помещение №28)– Специализированная мебель: Учебный стол-55 шт.; скамья-55 шт., письменный стол-2шт., стул 4 шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Epson EB-X41-1-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

2. **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №3** (1 этаж, нежилое помещение №8)– Специализированная мебель: Учебный стол-18 шт.; скамья-24 шт., письменный стол-1шт., стул-4шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual 220x220MW настенный-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur-1шт.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

3. **Помещение для проведения практических занятий - Зал АФК** (1этаж, нежилое помещение №15)- Оборудование: Зеркало 23,4 м.кв., инвалидная коляска "Динамика-М"-2шт., мяч волейбольный Mikasa MVA 200-2шт., набор для игры Бочча "NoName"-1шт., набор для Паралимпийского бочча (мячи)-1 шт., складной массажный стол "Перфект-190", 190x70x70-6 шт.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра физической реабилитации

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях различных систем организма

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»
_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«28» июля 2022 г., протокол № 19
Зав. кафедрой _____ **Шевцов А.В.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Шевцов А.В., заведующий кафедрой физической реабилитации, д-р. биол. наук, доцент
Чекалина В.В. старший преподаватель кафедры физической реабилитации
Терентьев Ф.В., доцент кафедры физической реабилитации, к.п.н

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе в 8 семестре по очной форме обучения, на 4 курсе в 8 семестре по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет 8 семестр по заочной и очной форме обучения.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Компенсаторный	**ПК-1.** Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая.
Научно-исследовательский	**ПК-3.** Способен проводить педагогическое наблюдение, тестирование психического и физического состояния занимающихся в процессе реабилитационных мероприятий; осуществлять контроль утомляемости и переносимости нагрузок; формулировать задачи реабилитационных мероприятий; осуществлять контроль утомляемости и переносимости нагрузок; формулировать задачи реабилитационных мероприятий, подбирать соответствующие средства и способы их решения, регулировать психофизическую нагрузку в процессе занятий на основании выявленных параметров функциональных систем организма; определять соотношение различных видов нагрузок с учетом специфики заболевания, возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей.

2.1. ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ*:*

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ПК-1	ПК-1.1.Знает: - Основы реализация программ направленных на развитие оставшихся после болезни или травмы функций организма человека с целью частичной или полной замены утраченных функций. деятельность применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая. практики эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; физиологические основы компенсаторных механизмов; методики анализа потребностей в назначении технических средств реабилитации и ассистивных технологий для лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека; теорию адаптации, дезадаптации и стресса, теорию функциональных систем, теорию о типовых патологических процессах, утомление, переутомление, перенапряжение. ПК-1.2. Умеет: - Владеть методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической	ПК-1.1.Знания: - Основы реализация программ направленных на развитие оставшихся после болезни или травмы функций организма человека с целью частичной или полной замены утраченных функций. деятельность применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая. практики эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; физиологические основы компенсаторных механизмов; методики анализа потребностей в назначении технических средств реабилитации и ассистивных технологий для лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека; теорию адаптации, дезадаптации и стресса, теорию функциональных систем, теорию о типовых патологических процессах, утомление, переутомление, перенапряжение. ПК-1.2 Умения: - Владеть методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его

	оценки; оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций; ПК-1.3 Имеет опыт: - Разработки рекомендаций и оказания помощи инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации; определения механизмов формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.	состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций; ПК-1.3.Навыки: - Разработки рекомендаций и оказания помощи инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации; определения механизмов формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
ПК-3	ПК-3.1. Знает: Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся; передовой опыт физической реабилитации в спорте, медицине и адаптивной физической культуре; методы сбора и обработки первичной информации; определение целей, задач и содержания физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья (включая инвалидов). ПК-3.2. Умеет: Прогнозировать результаты физической реабилитации на основании оценки потребностей, личностных ресурсов и рисков реабилитанта, его жизненной ситуации; оценивать эффективность применяемых методов физической реабилитации, оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и средовых ресурсов; протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации. ПК-3.3. Имеет опыт: Мониторинга и оценки результатов проведения физической реабилитации; оценки индивидуального прогресса реабилитанта; подбора достоверных методов диагностики для исследования	ПК-3.1. Знания: Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся; передовой опыт физической реабилитации в спорте, медицине и адаптивной физической культуре; методы сбора и обработки первичной информации; определение целей, задач и содержания физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья (включая инвалидов). ПК-3.2. Умения: Прогнозировать результаты физической реабилитации на основании оценки потребностей, личностных ресурсов и рисков реабилитанта, его жизненной ситуации; оценивать эффективность применяемых методов физической реабилитации, оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и средовых ресурсов; протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации. ПК-3.3. Навыки: Мониторинга и оценки результатов проведения физической реабилитации; оценки индивидуального прогресса реабилитанта; подбора достоверных методов диагностики для исследования

	отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни, характеру и способам решения проблем; контроля двигательной активности и физического состояния занимающихся; выявления проблем и резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; формирования банка педагогической и другой информации (нормативно-правовой, научно-методической, методической) в области физической реабилитации	отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни, характеру и способам решения проблем; контроля двигательной активности и физического состояния занимающихся; выявления проблем и резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; формирования банка педагогической и другой информации (нормативно-правовой, научно-методической, методической) в области физической реабилитации

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		94								94
В том числе:										
Занятия лекционного типа		38								38
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		56								56
Промежуточная аттестация (зачет)		6								6
Самостоятельная работа студента		116								116
Общая трудоемкость	**часы**	**216**								**216**
	зачетные единицы	**6**								**6**

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		20								20	
В том числе:											
Занятия лекционного типа		8								8	
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		12								12	
Промежуточная аттестация (зачет)		4								4	
Самостоятельная работа студента		192								192	
В том числе: контрольная работа		20								20	
Общая трудоемкость	**часы**	**216**								**216**	
	зачетные единицы	6								6	

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Общие основы физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях различных систем организма.	Основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности при заболеваниях и повреждениях различных систем организма. Гигиенические основы реабилитационной деятельности. Психологические особенности занимающихся физическими упражнениями при заболеваниях и повреждениях различных систем организма.	Знания: - Основы реализация программ направленных на развитие оставшихся после болезни или травмы функций организма человека с целью частичной или полной замены утраченных функций. деятельность применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая. практики эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; физиологические основы компенсаторных механизмов; методики анализа потребностей в назначении технических средств реабилитации и ассистивных технологий для лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека; теорию адаптации, дезадаптации и стресса, теорию функциональных систем, теорию о типовых патологических процессах, утомление, переутомление, перенапряжение. Умения: - Прогнозировать результаты физической реабилитации на основании оценки потребностей, личностных ресурсов и рисков реабилитанта, его жизненной ситуации; оценивать эффективность применяемых методов физической реабилитации, оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и средовых ресурсов; Навыки: - Разработки рекомендаций и оказания помощи инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации; определения механизмов формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
2.	Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата.	Характеристика наиболее часто встречающихся видов заболеваний и повреждений опорно-двигательного аппарата.	Знания: физиологические основы компенсаторных механизмов; методики анализа потребностей в назначении технических средств реабилитации и ассистивных технологий для лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека; - Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения,

		Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата. Оценка эффективности физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата.	классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся; передовой опыт физической реабилитации в спорте, медицине и адаптивной физической культуре; методы сбора и обработки первичной информации; определение целей, задач и содержания физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Умения: - Владеть методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций; - протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации. Навыки: - Разработки рекомендаций и оказания помощи инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации; определения механизмов формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. Мониторинга и оценки результатов проведения физической реабилитации; оценки индивидуального прогресса реабилитанта; подбора достоверных методов диагностики для исследования отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни, характеру и способам решения проблем; контроля двигательной активности и физического состояния занимающихся; выявления проблем и резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; формирования банка педагогической и другой информации (нормативно-правовой, научно-методической,

			методической) в области физической реабилитации.
3.	Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы.	Характеристика наиболее часто встречающихся видов заболеваний и повреждений нервной системы. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах нервной системы. Оценка эффективности физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях нервной системы.	Знания: физиологические основы компенсаторных механизмов; методики анализа потребностей в назначении технических средств реабилитации и ассистивных технологий для лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека; - Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся; передовой опыт физической реабилитации в спорте, медицине и адаптивной физической культуре; методы сбора и обработки первичной информации; определение целей, задач и содержания физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Умения: - Владеть методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций; - протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации. Навыки: - Разработки рекомендаций и оказания помощи инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации; определения механизмов формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. Мониторинга и оценки результатов проведения физической реабилитации; оценки индивидуального прогресса реабилитанта; подбора достоверных методов диагностики для исследования отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни,

			характеру и способам решения проблем; контроля двигательной активности и физического состояния занимающихся; выявления проблем и резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; формирования банка педагогической и другой информации (нормативно-правовой, научно-методической, методической) в области физической реабилитации.
4.	Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	Характеристика наиболее часто встречающихся видов заболеваний сердечно-сосудистой системы. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Оценка эффективности физической реабилитации при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	Знания: физиологические основы компенсаторных механизмов; методики анализа потребностей в назначении технических средств реабилитации и ассистивных технологий для лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека; - Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся; передовой опыт физической реабилитации в спорте, медицине и адаптивной физической культуре; методы сбора и обработки первичной информации; определение целей, задач и содержания физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Умения: - Владеть методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций; - протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации. Навыки: - Разработки рекомендаций и оказания помощи инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации; определения механизмов формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением

			физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. Мониторинга и оценки результатов проведения физической реабилитации; оценки индивидуального прогресса реабилитанта; подбора достоверных методов диагностики для исследования отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни, характеру и способам решения проблем; контроля двигательной активности и физического состояния занимающихся; выявления проблем и резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; формирования банка педагогической и другой информации (нормативно-правовой, научно-методической, методической) в области физической реабилитации.
5.	Физическая реабилитация при заболеваниях дыхательной системы.	Характеристика наиболее часто встречающихся видов заболеваний дыхательной системы. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях дыхательной системы. Оценка эффективности физической реабилитации при заболеваниях дыхательной системы.	Знания: физиологические основы компенсаторных механизмов; методики анализа потребностей в назначении технических средств реабилитации и ассистивных технологий для лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека; - Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся; передовой опыт физической реабилитации в спорте, медицине и адаптивной физической культуре; методы сбора и обработки первичной информации; определение целей, задач и содержания физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Умения: - Владеть методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций; - протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации.

			Навыки: - Разработки рекомендаций и оказания помощи инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации; определения механизмов формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. Мониторинга и оценки результатов проведения физической реабилитации; оценки индивидуального прогресса реабилитанта; подбора достоверных методов диагностики для исследования отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни, характеру и способам решения проблем; контроля двигательной активности и физического состояния занимающихся; выявления проблем и резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; формирования банка педагогической и другой информации (нормативно-правовой, научно-методической, методической) в области физической реабилитации.
6.	Физическая реабилитация при заболеваниях эндокринной системы.	Характеристика наиболее часто встречающихся видов заболеваний эндокринной системы. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях эндокринной системы. Оценка эффективности физической реабилитации при заболеваниях эндокринной системы.	Знания: физиологические основы компенсаторных механизмов; методики анализа потребностей в назначении технических средств реабилитации и ассистивных технологий для лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека; - Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся; передовой опыт физической реабилитации в спорте, медицине и адаптивной физической культуре; методы сбора и обработки первичной информации; определение целей, задач и содержания физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Умения: - Владеть методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; оценивать анатомо-функциональное

			состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций; - протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации. Навыки: - Разработки рекомендаций и оказания помощи инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации; определения механизмов формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. Мониторинга и оценки результатов проведения физической реабилитации; оценки индивидуального прогресса реабилитанта; подбора достоверных методов диагностики для исследования отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни, характеру и способам решения проблем; контроля двигательной активности и физического состояния занимающихся; выявления проблем и резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; формирования банка педагогической и другой информации (нормативно-правовой, научно-методической, методической) в области физической реабилитации.
7.	Физическая реабилитация при заболеваниях пищеварительной и мочевыделительной систем.	Характеристика наиболее часто встречающихся видов заболеваний и повреждений пищеварительной и мочевыделительной систем. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях пищеварительной и	Знания: физиологические основы компенсаторных механизмов; методики анализа потребностей в назначении технических средств реабилитации и ассистивных технологий для лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека; - Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся; передовой опыт физической

		мочевыделительной систем. Оценка эффективности физической реабилитации при заболеваниях пищеварительной и мочевыделительной систем.	реабилитации в спорте, медицине и адаптивной физической культуре; методы сбора и обработки первичной информации; определение целей, задач и содержания физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Умения: - Владеть методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций; - протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации. Навыки: - Разработки рекомендаций и оказания помощи инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации; определения механизмов формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. Мониторинга и оценки результатов проведения физической реабилитации; оценки индивидуального прогресса реабилитанта; подбора достоверных методов диагностики для исследования отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни, характеру и способам решения проблем; контроля двигательной активности и физического состояния занимающихся; выявления проблем и резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; формирования банка педагогической и другой информации (нормативно-правовой, научно-методической, методической) в области физической реабилитации.

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЛЕКЦИИ (8 семестр)

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Общие основы физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях различных систем организма. **Краткое содержание:** Понятие, виды, формы, этапы физической реабилитации	2
2.	Лекция № 2. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация при травмах трубчатых костей верхних конечностей	2
2.	Лекция № 3. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация при травмах трубчатых костей нижних конечностей	2
2.	Лекция № 4. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация при травмах позвоночного столба	2
2.	Лекция № 5. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация при травмах таза	2
3.	Лекция № 6. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация лиц с церебральными параличами	2
3.	Лекция № 7. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация лиц с острым нарушением мозгового кровообращения	2
3.	Лекция № 8. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация лиц с заболеваниями и травмами периферической нервной системы	2
4.	Лекция № 9. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация при ишемической болезни сердца	2
4.	Лекция №10. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация при инфаркте миокрда	2
4.	Лекция №11. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	2

	Краткое содержание: Физическая реабилитация при гипертонической болезни	
5.	Лекция №12. Физическая реабилитация при заболеваниях дыхательной системы. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация при бронхиальной астме	2
5.	Лекция №13. Физическая реабилитация при заболеваниях дыхательной системы. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация после перенесенной пневмонии	2
6.	Лекция №14. Физическая реабилитация при заболеваниях эндокринной системы. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация при сахарном диабете	2
6.	Лекция №15. Физическая реабилитация при заболеваниях эндокринной системы. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация при ожирении и избыточной массе тела	2
7.	Лекция №16. Физическая реабилитация при заболеваниях пищеварительной системы. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация при гастрите	2
7.	Лекция №17. Физическая реабилитация при заболеваниях пищеварительной системы. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация при дискинезии кишечника	2
7.	Лекция №18. Физическая реабилитация при заболеваниях мочевыделительной системы. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация при заболевании почек	2
7.	Лекция №19. Физическая реабилитация при заболеваниях мочевыделительной системы. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация при мочекаменной болезни	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ (8 семестр)

№ темы	*Содержание практических занятий*	*Кол-во часов*
1.	Практическое занятие № 1. Общие основы физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях различных систем организма. **Краткое содержание:** Различая лечебной физической культуры и физической реабилитации	2
2.	Практическое занятие № 2. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата. **Краткое содержание:** Средства, формы и методы физической реабилитации при травмах трубчатых костей верхних конечностей	2
2.	Практическое занятие № 3. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата. **Краткое содержание:**	2

	Средства, формы и методы физической реабилитации при травмах трубчатых костей нижних конечностей	
2.	Практическое занятие № 4. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата. **Краткое содержание:** Средства, формы и методы физической реабилитации при позвоночного столба, травм стаза и суставов	2
2.	Практическое занятие № 5. Оценка эффективности физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата. **Краткое содержание:** Методы контроля и оценки эффективности реабилитационного процесса при травмах и заболеваниях ОДА	2
2.	Практическое занятие № 6. Составление индивидуальной программы реабилитации при различных заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата. **Краткое содержание:** Правила особенности составления индивидуальной программы реабилитации при различных заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата.	2
2.	Практическое занятие № 7. Определение реабилитационного потенциала при различных заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата. **Краткое содержание:** Оценка и прогноз реабилитационного процесса, определение уровня реабилитационного потенциала при различных заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата.	2
3.	Практическое занятие № 8. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах нервной системы. **Краткое содержание:** Средства, формы и методы физической реабилитации лиц с церебральными параличами	2
3.	Практическое занятие № 9. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах нервной системы. **Краткое содержание:** Средства, формы и методы физической реабилитации лиц с острым нарушением мозгового кровообращения	2
3.	Практическое занятие № 10. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах нервной системы. **Краткое содержание:** Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах периферической нервной системы	2
3.	Практическое занятие № 11. Оценка эффективности физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях нервной системы. **Краткое содержание:** Методы контроля и оценки эффективности реабилитационного процесса при заболеваниях и повреждениях нервной системы	2
3.	Практическое занятие № 12. Методики физической реабилитации лиц с неврологическими заболеваниями на различных этапах восстановления **Краткое содержание:** Содержание стационарного, амбулаторного и санаторно-курортного этапов	2

	реабилитации лиц с неврологическими заболеваниями	
4.	Практическое занятие № 13. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях сердечно-сосудистой системы. **Краткое содержание:** Средства, формы и методы физической реабилитации при ишемической болезни сердца	2
4.	Практическое занятие № 14. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях сердечно-сосудистой системы. **Краткое содержание:** Средства, формы и методы физической реабилитации при инфаркте миокарда	2
4.	Практическое занятие № 15. Оценка эффективности физической реабилитации при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. **Краткое содержание:** Методы контроля и оценки эффективности реабилитационного процесса при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	2
4.	Практическое занятие № 16. Составление индивидуальной программы реабилитации при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. **Краткое содержание:** Правила особенности составления индивидуальной программы реабилитации при различных заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	2
5.	Практическое занятие № 17. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях дыхательной системы. **Краткое содержание:** Средства, формы и методы физической реабилитации при бронхиальной астме.	2
5.	Практическое занятие № 18. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях дыхательной системы. **Краткое содержание:** Средства, формы и методы физической реабилитации после перенесенной пневмонии.	2
5.	Практическое занятие № 19. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях дыхательной системы. **Краткое содержание:** Дренажные методы применяемые при бронхолегочных заболеваниях	2
5.	Практическое занятие № 20. Составление индивидуальной программы реабилитации при различных заболеваниях дыхательной системы. **Краткое содержание:** Правила особенности составления индивидуальной программы реабилитации при различных заболеваниях дыхательной системы	2
5.	Практическое занятие № 21. Оценка эффективности физической реабилитации при заболеваниях дыхательной системы. **Краткое содержание:** Оценка и прогноз реабилитационного процесса, определение уровня реабилитационного потенциала при различных заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата.	2
6.	Практическое занятие № 22. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях эндокринной системы. **Краткое содержание:** Средства, формы и методы физической реабилитации при сахарном диабете	2
6.	Практическое занятие № 23. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях эндокринной системы.	2

	Краткое содержание: Средства, формы и методы физической реабилитации при ожирении и избыточной массе тела	
6.	Практическое занятие № 24. Составление индивидуальной программы реабилитации при различных заболеваниях эндокринной системы. **Краткое содержание:** Правила особенности составления индивидуальной программы реабилитации при различных заболеваниях эндокринной системы	2
7.	Практическое занятие № 25. Оценка эффективности физической реабилитации при заболеваниях эндокринной системы. **Краткое содержание:** Методы контроля и оценки эффективности реабилитационного процесса при заболеваниях эндокринной системы	2
7.	Практическое занятие № 26. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях пищеварительной системы. **Краткое содержание:** Средства, формы и методы физической реабилитации при гастрите, дискинезии кишечника	2
7.	Практическое занятие № 27. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях мочевыделительной системы. **Краткое содержание:** Средства, формы и методы физической реабилитации при мочекаменной болезни и заболевании почек.	2
7.	Практическое занятие № 28. Оценка эффективности физической реабилитации при заболеваниях пищеварительной и мочевыделительной систем. **Краткое содержание:** Методы контроля и оценки эффективности реабилитационного процесса при заболеваниях пищеварительной и мочевыделительной систем.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЛЕКЦИИ (8 семестр)

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Общие основы физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях различных систем организма. **Краткое содержание:** Понятие, виды, формы, этапы физической реабилитации	2
2.	Лекция № 2. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация при травмах трубчатых костей верхних и нижних конечностей, физическая реабилитация при травмах позвоночного столба, физическая реабилитация при травмах таза.	2
3.	Лекция № 3. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация лиц с церебральными параличами, лиц с острым нарушением мозгового кровообращения, с заболеваниями и травмами периферической нервной системы	2

4.	Лекция № 4. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. **Краткое содержание:** Физическая реабилитация при ишемической болезни сердца, при инфаркте миокрда, при гипертонической болезни.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ (8 семестр)

№ темы	*Содержание практических занятий*	*Кол-во часов*
2.	Практическое занятие № 1. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата. **Краткое содержание:** Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах суставов	2
6.	Практическое занятие № 2. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях эндокринной системы. **Краткое содержание:** Средства, формы и методы физической реабилитации при сахарном диабете, ожирении и избыточной массе тела	2
7.	Практическое занятие № 3. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях пищеварительной системы. **Краткое содержание:** Средства, формы и методы физической реабилитации при гастрите, дискинезии кишечника.	2
3.	Практическое занятие № 4. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах нервной системы. **Краткое содержание:** Средства, формы и методы физической реабилитации лиц	2
4.	Практическое занятие № 5. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях сердечно-сосудистой системы. **Краткое содержание:** Средства, формы и методы физической реабилитации при ишемической болезни, инфаркте миокарда, гипертонической болезни	2
5.	Практическое занятие № 6. Средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях дыхательной системы. **Краткое содержание:** Средства, формы и методы физической реабилитации при бронхиальной астме, после перенесенной пневмонии.	2

Приложение 1. Фонд оценочных средств по дисциплине.

Приложение 2. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Завьялова, Т. П. Физическая реабилитация дошкольников с нарушениями осанки и стопы средствами плавания : учебное пособие для вузов / Т. П. Завьялова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07422-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514961
2. Кальсина, В.В. Физическая реабилитация в неврологии : учебное пособие / В.В. Кальсина; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск, 2018. – 128 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Ряпина, В. О. Основы физической реабилитации в адаптивной физической культуре. Курс лекций : учебное пособие / В. О. Ряпина. — Волгоград : ВГАФК, 2016. — 213 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/158084.— Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Спатаева, М. Х. Физическая реабилитация: профилактика миофасциального синдрома в силовых видах спорта : учебное пособие / М. Х. Спатаева, А. С. Лазаренко ; Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2017. – 108 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563140
5. Стасюк, О. Н. Основы массажа и физической реабилитации при заболеваниях сердечно-сосудистой системы : учебное пособие / О. Н. Стасюк, С. Г. Фефелова. — Чита : ЗабГУ, 2018. — 155 с. — ISBN 978-5-9293-2206-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/271634 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Егорова, С. А. Физическая реабилитация : учебное пособие / С. А. Егорова, А. Л. Ворожбитова. — Ставрополь : СКФУ, 2014. — 176 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/155504 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Ильина, И. В. Медицинская реабилитация : учебник для вузов / И. В. Ильина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 276 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00383-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/512106
3. Ильина, И. В. Медицинская реабилитация. Практикум : учебное пособие для вузов / И. В. Ильина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 393 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01250-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513915
4. Левенков, А.Е. Физические методы в комплексной реабилитации заболеваний и спортивных травм : учебное пособие / А.Е. Левенков ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. — 118 с. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
5. Потапчук, А.А. Физическая реабилитация при заболеваниях в детском и подростковом возрасте : учебное пособие / А.А. Потапчук ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.

Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 113 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Сапего, А. В. Физическая реабилитация : учебное пособие / А. В. Сапего, О. Л. Тарасова, И. А. Полковников. — Кемерово : КемГУ, 2014. — 210 с. — ISBN 978-5-8353-1652-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/58344 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
7. Серова, Н. Б. Основы физической реабилитации и физиотерапии : учебное пособие / Н. Б. Серова ; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2016. – 224 с. : схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695230
8. Физическая реабилитация : учебник : в 2 т. Т. 1 / под ред. С. Н. Попова. - Москва : Академия, 2013. - 283, [1] с. : ил.
9. Физическая реабилитация : учебник : в 2 т. Т. 2 / под ред. С. Н. Попова. - Москва : Академия, 2013. - 303, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

1. **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №10** (1 этаж, нежилое помещение №8)– Специализированная мебель: Учебный стол-40 шт.; стул-81 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт.
Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.
2. **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №12** (1 этаж, нежилое помещение №11)– Специализированная мебель: Стул с пюпитром-32шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт.
Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.
3. **Помещение для проведения практических занятий - Зал АФК** (1этаж, нежилое помещение №15)- Оборудование: Зеркало 23,4 м.кв., инвалидная коляска "Динамика-М"-2шт., мяч волейбольный Mikasa MVA 200-2шт., набор для игры Бочча "NoName"-1шт., набор для Паралимпийского бочча (мячи)-1 шт., складной массажный стол "Перфект-190", 190x70x70-6 шт.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Адаптивная двигательная рекреация

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая рекреация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая рекреация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«31» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ **Евсеев С.П.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
ст. преподаватель каф. ТиМАФК Матвеева С.С.
преподаватель каф. ТиМАФК Уракова Е.А.

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной форме обучения, на 2 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***зачет.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Профессиональные компетенции	
ПК-2. Способен формировать рекомендации по физической активности, соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью закрепления результатов реабилитации, профилактики вторичных и третичных нарушений, улучшения функционального состояния организма реабилитанта; способен проводить коррекционно-развивающие занятия и мероприятия по социализации занимающихся, развитию у них навыков гигиены и самоконтроля, самостоятельного передвижения (в том числе с помощью технических средств реабилитации инвалидов) и бытового самообслуживания, формированию у занимающихся устойчивого интереса к систематическим занятиям адаптивной физической культурой.	

2.1. ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора(ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ПК-2	**ПК-2.1.** Знает: - Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики.	Знает: - Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики.
	ПК-2.2. Умеет: - Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному	Умеет: - Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств

	применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений.	реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений.
	ПК-2.3. Имеет опыт: - Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.	Имеет опыт: - Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		94				94				
В том числе:										
Занятия лекционного типа		38				38				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		56				56				
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		6				6				
Самостоятельная работа студента		116				116				
Общая трудоемкость	**часы**	**216**				216				
	зачетные единицы	**6**				6				

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		18				18					
В том числе:											
Занятия лекционного типа		8				8					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		10				10					
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		4				4					
Самостоятельная работа студента		194				194					
В т.ч. Контрольная работа		20				20					
Общая трудоемкость	**часы**	**216**				216					
	зачетные единицы	**6**				6					

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Теоретические и организационно-методические основы адаптивной двигательной рекреации	Медико-биологические основы адаптивной двигательной рекреации. Организационные основы рекреационно-оздоровительной тренировки. Психологические аспекты адаптивной двигательной рекреации.	Знает: - Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. Умеет: - Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. Имеет опыт: - Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.
2	Технологии	Современные	Знает: - Методы индивидуального и

	адаптивной двигательной рекреации	физкультурно-оздоровительные технологии для людей с ограниченными возможностями здоровья. Нетрадиционные оздоровительные системы. Авторские физкультурно-оздоровительные системы и технологии, адаптированные для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Средства восстановления в рамках адаптивной двигательной рекреации. Значение правильного питания для оздоровления организма в процессе занятий адаптивной двигательной рекреацией.	семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. Умеет: - Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. Имеет опыт: - Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.
3	Адаптивная двигательная рекреация лиц с ограниченными возможностями здоровья всех	Адаптивная двигательная рекреация детей с ограниченными возможностями здоровья.	Знает: - Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы

	социально-демографических групп	Адаптивная двигательная рекреация молодежи с ограниченными возможностями здоровья. Адаптивная двигательная рекреация лиц зрелого и пожилого возраста.	физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. Умеет: - Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. Имеет опыт: - Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.
4	Адаптивная двигательная рекреация лиц различных нозологических групп	Адаптивная двигательная рекреация лиц с нарушением зрения; Адаптивная двигательная рекреация лиц с нарушением слуха; Адаптивная двигательная рекреация лиц с	Знает: - Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами

		нарушением опорно-двигательного аппарата; Адаптивная двигательная рекреация лиц с нарушением интеллекта.	окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. Умеет: - Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. Имеет опыт: - Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция №1. Адаптивная двигательная рекреация как компонент адаптивной физической культуры.** Обсуждаемые вопросы: 1. Понятийный аппарат, цели, задачи, функции и принципы адаптивной двигательной рекреации; 2. Отличительные черты адаптивной двигательной рекреации; 3. Организация адаптивной двигательной рекреации.	2
1.	**Лекция №2. Адаптивная двигательная рекреация как компонент адаптивной физической культуры.**	2

	Обсуждаемые вопросы: 1. Классификация и характеристика средств адаптивной двигательной рекреации; 2. Особенности проведения занятий по адаптивной двигательной рекреации; 3. Виды адаптивной двигательной рекреации.	
1.	**Лекция №3. Организационно-методические основы рекреационно-оздоровительной тренировки в адаптивной физической культуре.** Обсуждаемые вопросы: 1. Особенности организации занятий по адаптивной двигательной рекреации (педагогические, социально-психологические и др.); 2. Особенности деятельности занимающихся и специалистов в области двигательной рекреации (принципы, задачи, средства, методические приемы обучения, воспитания и организации); 3. Врачебный контроль на занятиях адаптивной двигательной рекреацией.	2
1.	**Лекция №4. Медико-биологические основы адаптивной двигательной рекреации.** Обсуждаемые вопросы: 1. Понятие «здоровье» по определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ); 2. Виды здоровья (физическое здоровье, психическое здоровье, социальное здоровье); 3. Нравственное здоровье; 4. Здоровый образ жизни.	2
2.	**Лекция №5. Физкультурно-оздоровительные технологии в рамках адаптивной двигательной рекреации.** Обсуждаемые вопросы: 1. Физкультурно-оздоровительные методики и системы оздоровительной тренировки; 2. Современные физкультурно-оздоровительные технологии для лиц с ограниченными возможностями здоровья;	2
2.	**Лекция №6. Технологии адаптивной двигательной рекреации.** Обсуждаемые вопросы: 1. Нетрадиционные оздоровительные системы; 2. Авторские физкультурно-оздоровительные системы и технологии, адаптированные для лиц с ограниченными возможностями здоровья.	2
2.	Лекция №7. Технологии адаптивной двигательной рекреации. Обсуждаемые вопросы: 1. Средства восстановления в рамках адаптивной двигательной рекреации; 2. Значение правильного питания для оздоровления организма в процессе занятий адаптивной двигательной рекреацией.	2
3.	**Лекция №8. Адаптивная двигательная рекреация детей с ограниченными возможностями здоровья.** Обсуждаемые вопросы: 1. Особенности двигательного и психического развития детей дошкольного возраста; 2. Особенности двигательного и психического развития детей школьного возраста; 3. Особенности физкультурно-оздоровительной работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья.	2
3.	**Лекция №9. Адаптивная двигательная рекреация молодежи с ограниченными возможностями здоровья.**	2

	Обсуждаемые вопросы: 1. Особенности двигательной и психической сфер студентов высших и средних профессиональных образовательных организаций, относящихся к специальным медицинским группам; 2. Особенности двигательной и психической сфер студентов с ограниченными возможностями здоровья; 3. Особенности физкультурно-оздоровительной работы со студентами.	
3.	**Лекция №10. Адаптивная двигательная рекреация лиц зрелого возраста с ограниченными возможностями здоровья.** Обсуждаемые вопросы: 1. Характеристика физической активности лиц зрелого возраста; 2. Особенности физкультурно-оздоровительной работы с лицами зрелого возраста.	2
3.	**Лекция №11. Адаптивная двигательная рекреация лиц пожилого возраста с ограниченными возможностями здоровья.** Обсуждаемые вопросы: 1. Характеристика физической активности лиц пожилого возраста; 2. Особенности физкультурно-оздоровительной работы с лицами пожилого возраста.	2
4.	**Лекция №12. Адаптивная двигательная рекреация лиц с нарушением зрения.** Обсуждаемые вопросы: 1. Медико-физиологическая характеристика лиц с нарушением зрения; 2. Психолого-педагогическая характеристика лиц с нарушением зрения; 3. Характеристика средств, форм и методов адаптивной двигательной рекреации лиц с нарушением зрения.	2
4.	**Лекция №13. Адаптивная двигательная рекреация лиц с нарушением зрения.** Обсуждаемые вопросы: 1. Характеристика средств, форм и методов адаптивной двигательной рекреации лиц с нарушением зрения; 2. Особенности построения занятий по адаптивной двигательной рекреации для слепых и слабовидящих людей.	2
4.	**Лекция №14. Адаптивная двигательная рекреация лиц с нарушением слуха.** Обсуждаемые вопросы: 1. Медико-физиологическая характеристика лиц с нарушением слуха; 2. Психолого-педагогическая характеристика лиц с нарушением слуха; 3. Характеристика средств, форм и методов адаптивной двигательной рекреации лиц с нарушением слуха.	2
4.	**Лекция №15. Адаптивная двигательная рекреация лиц с нарушением слуха.** Обсуждаемые вопросы: 1. Характеристика средств, форм и методов адаптивной двигательной рекреации лиц с нарушением слуха; 2. Особенности построения занятий по адаптивной двигательной рекреации с глухими и слабослышащими людьми.	2
4.	**Лекция №16. Адаптивная двигательная рекреация лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.** Обсуждаемые вопросы: 1. Медико-физиологическая характеристика лиц с поражением опорно-двигательного-аппарата; 2. Психолого-педагогическая характеристика лиц с поражением опорно-двигательного-аппарата;	2

	3. Характеристика средств, форм и методов адаптивной двигательной рекреации лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.	
4.	**Лекция №17. Адаптивная двигательная рекреация лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.** Обсуждаемые вопросы: 1. Характеристика средств, форм и методов адаптивной двигательной рекреации лиц с поражением опорно-двигательного аппарата; 2. Особенности построения занятий по адаптивной двигательной рекреации лиц с поражением опорно-двигательного-аппарата.	2
4.	**Лекция №18. Адаптивная двигательная рекреация лиц с нарушением интеллекта.** Обсуждаемые вопросы: 1. Медико-физиологическая характеристика лиц с нарушением интеллекта; 2. Психолого-педагогическая характеристика лиц с нарушением интеллекта; 3. Характеристика средств, форм и методов адаптивной двигательной рекреации лиц с нарушением интеллекта.	2
4.	**Лекция №19. Адаптивная двигательная рекреация лиц с нарушением интеллекта.** Обсуждаемые вопросы: 1. Характеристика средств, форм и методов адаптивной двигательной рекреации лиц с нарушением интеллекта; 2. Особенности построения занятий по адаптивной двигательной рекреации лиц с задержкой психического развития и умственной отсталостью.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Практическое занятие №1. Адаптивная двигательная рекреация как компонент адаптивной физической культуры.** Вопросы для обсуждения: 1. Отличительные черты адаптивной двигательной рекреации; 2. Цели и задачи адаптивной двигательной рекреации; 3. Функции и принципы адаптивной двигательной рекреации; 4. Классификация и характеристика средств адаптивной двигательной рекреации.	2
1.	**Практическое занятие №2. Виды адаптивной двигательной рекреации.** Вопросы для обсуждения: 1. Адаптивный туризм; 2. Водные виды адаптивной двигательной рекреации.	2
1.	**Практическое занятие №3. Виды адаптивной двигательной рекреации.** Вопросы для обсуждения: 1. Игровые виды адаптивной двигательной рекреации; 2. Танцевальные виды адаптивной двигательной рекреации.	2
1.	**Практическое занятие №4. Виды адаптивной двигательной рекреации.** Вопросы для обсуждения: 1. Спартакианская программа работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья; 2. Виды адаптивной двигательной рекреации, основанные на	

	взаимодействии человека с животными.	
1.	**Практическое занятие №5. Психологические аспекты адаптивной двигательной рекреации.** Вопросы для обсуждения: 1. Динамика психологического и эмоционального состояния человека с ограниченными возможностями в процессе занятий адаптивной двигательной рекреацией; 2. Практическое применение методик психологического тестирования на выбор преподавателя; 3. Проективные методики: тест Сонди; тест Роршаха; психология цвета: цветовой тест Люшера, цветоаналитический тест Фрилинга; и др.	
1.	**Практическое занятие №6. Психологические аспекты адаптивной двигательной рекреации.** Вопросы для обсуждения: 1. Психомоделирующий эффект адаптивной двигательной рекреации, взаимосвязь психического и физического благополучия человека; 2. Адаптивная двигательная рекреация как средство моделирования эмоционального состояния человека с ограниченными возможностями. 3. Методическая база психологического тестирования при занятиях адаптивной двигательной рекреацией.	2
1.	**Практическое занятие №7. Медико-биологические основы адаптивной двигательной рекреации.** Вопросы для обсуждения: 1. Двигательная активность как биологическая потребность человека; 2. Принцип оздоровительной направленности. 3. Адаптивная двигательная рекреация как средство профилактики гиподинамии у лиц с ограниченными возможностями здоровья.	2
2.	**Практическое занятие №8. Современные физкультурно-оздоровительные технологии для лиц с ограниченными возможностями здоровья.** Вопросы для обсуждения: 1. Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики для лиц с отклонениями в состоянии здоровья; 2. Циклические виды спорта в рамках адаптивной двигательной рекреации; 3. Экстремальные виды адаптивной двигательной рекреации. Адаптивный рекреационный спорт; 4. Спортивные, коррекционно-развивающие игры в рамках адаптивной двигательной рекреации. 5. Виды гимнастики, направленные на коррекцию телосложения и развитие силовых способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	2
2.	**Практическое занятие №9. Физкультурно-оздоровительные методики и системы оздоровительной тренировки.** Вопросы для обсуждения: 1. Утренняя гигиеническая гимнастика; 2. Оздоровительная ходьба, бег; 3. Ходьба на лыжах; 4. Езда на велосипеде; 5. Плавание; 6. Ритмическая гимнастика.	2
2.	**Практическое занятие №10. Нетрадиционные оздоровительные системы.** Вопросы для обсуждения:	2

	1. Особенности восточных систем оздоровления; 2. Оздоровительная гимнастика ци-гун; 3. Оздоровительная гимнастика тай-цзи-цьюань; 4. Восточная система ушу; 5. Оздоровительная система йога; 6. Славянские оздоровительные системы и др.	
2.	**Практическое занятие №11. Авторские физкультурно-оздоровительные системы и технологии, адаптированные для лиц с ограниченными возможностями здоровья.** Вопросы для обсуждения: 1. Авторские физкультурно-оздоровительные системы для лиц с нарушением зрения (система М. Норбекова, метод Бейтса и др.); 2. Авторские физкультурно-оздоровительные системы для лиц с нарушениями и поражением ОДА (восстановительная система В.И. Дикуля, метод Александера (суставная гимнастика и др.); 3. Авторские физкультурно-оздоровительные системы для лиц пожилого и старшего возраста (система здоровья Кацудзо Ниши, система оздоровления З. Арабули, программа «1000 движений» Н.М. Амосова, «Капля» А. Подводного, и др.).	2
2.	**Практическое занятие №12. Средства восстановления в рамках адаптивной двигательной рекреации.** Вопросы для обсуждения: 1. Различные виды массажа и самомассажа. Точечный массаж. Использование БАТ для профилактики заболеваний; 2. Физические упражнения, естественно-средовые (природные) и гигиенические факторы, используемые в процессе адаптивной двигательной рекреации.	2
2.	**Практическое занятие №13. Значение правильного питания для оздоровления организма в процессе занятий двигательной рекреацией.** 1. Значение правильного питания и очищения организма для активного долголетия людей с отклонениями в состоянии здоровья 2. Питание и лунные ритмы; 3. Значение правильного питания и очищения организма для активного долголетия людей с отклонениями в состоянии здоровья; 4. Натурпатическое питание; 5. Системы оздоровления и омоложения организма: Н. Друзьяка, Б. Болотова, И. Голованова и др.	2
3.	**Практическое занятие №14. Адаптивная двигательная рекреация лиц разных возрастных групп.** Вопросы для обсуждения: 1. Особенности двигательной сферы человека с ограниченными возможностями здоровья в разные возрастные периоды; 2. Реализация физкультурно-оздоровительных технологий в различные возрастные периоды повседневной жизни и деятельности человека.	2
3.	**Практическое занятие №15. Адаптивная двигательная рекреация детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья.** Вопросы для обсуждения: 1. Характеристика двигательного и психического развития детей дошкольного возраста; 2. Теоретические и методические основы адаптивной двигательной рекреации дошкольников; 3. Средства, методы и формы адаптивной двигательной рекреации в	2

	рамках физкультурно-оздоровительных занятий с дошкольниками с учетом нозологической группы.	
3.	**Практическое занятие №16. Адаптивная двигательная рекреация детей школьного возраста с ограниченными возможностями здоровья.** Вопросы для обсуждения: 1. Характеристика двигательного и психического развития детей школьного возраста; 2. Теоретические и методические основы адаптивной двигательной рекреации школьников; 3. Средства, методы и формы адаптивной двигательной рекреации в рамках физкультурно-оздоровительных занятий с школьниками с учетом нозологической группы.	2
3.	**Практическое занятие №17. Адаптивная двигательная рекреация молодежи с ограниченными возможностями здоровья.** Вопросы для обсуждения: 1. Характеристика двигательной и психической сфер студентов; 2. Теоретические и методические основы адаптивной двигательной рекреации молодежи; 2. Средства, методы и формы адаптивной двигательной рекреации в рамках физкультурно-оздоровительных занятий студентов с учетом нозологической группы.	2
3.	**Практическое занятие №18. Адаптивная двигательная рекреация лиц зрелого возраста.** Вопросы для обсуждения: 1. Характеристика двигательной и психической сфер лиц зрелого возраста; 2. Теоретические и методические основы занятий адаптивной двигательной рекреации с лицами зрелого возраста; 3. Адаптивная двигательная рекреация мужчин и женщин зрелого возраста с отклонениями в состоянии здоровья.	2
3.	**Практическое занятие №19. Адаптивная двигательная рекреация лиц пожилого возраста.** Вопросы для обсуждения: 1. Характеристика двигательной и психической сфер лиц пожилого возраста; 2. Теоретические и методические основы занятий адаптивной двигательной рекреации с лицами пожилого возраста; 3. Особенности подбора средств, методов и форм адаптивной двигательной рекреации в работе с лицами пожилого возраста.	
4.	**Практическое занятие №20. Адаптивная двигательная рекреация лиц разных нозологических групп.** Вопросы для обсуждения: 1. Реабилитационный потенциал адаптивной двигательной рекреации для лиц с ограниченными возможностями здоровья.	2
4.	**Практическое занятие №21. Адаптивная двигательная рекреация лиц с нарушением зрения.** Вопросы для обсуждения: 1. Связь зрения со всеми органами и системами; 2. Причины, признаки и профилактика утомления зрения; 3. Зрительные дисфункции у детей школьного возраста и их профилактика; 4. Особенности регулирования нагрузки на занятиях с лицами с нарушением зрения.	2

4.	**Практическое занятие №22. Адаптивная двигательная рекреация лиц с нарушением зрения.** Вопросы для обсуждения: 1. Гимнастика для глаз. Общие рекомендации по их применению; 2. Метод Бейтса; 3. Метод М. Норбекова; 4. Использование оптических тренажеров для улучшения зрения. Рекомендации по применению.	2
4.	**Практическое занятие №23. Адаптивная двигательная рекреация лиц с нарушением слуха.** Вопросы для обсуждения: 1.Вторичные отклонения и сопутствующие заболевания у лиц с нарушением слуха; 2. Формы и способы общения с лицами, имеющими нарушение слуха.	2
4.	**Практическое занятие №24. Адаптивная двигательная рекреация лиц с нарушением слуха.** Вопросы для обсуждения: 1. Особенности построения занятий по адаптивной двигательной рекреации с глухими и слабослышащими людьми.	2
4.	**Практическое занятие №25. Адаптивная двигательная рекреация лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.** Вопросы для обсуждения: 1. Организация занятий адаптивной двигательной рекреацией для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата; 2. Цель, задачи, направленность занятий адаптивной двигательной рекреацией в зависимости от диагноза, пола, возраста, сопутствующих заболеваний; 3. Особенности занятий плаванием, подвижными и спортивными играми. Различные виды гимнастики;	2
4.	**Практическое занятие №26. Адаптивная двигательная рекреация лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.** Вопросы для обсуждения: 1. Нетрадиционные виды двигательной активности; 2. Врачебный контроль на занятиях по адаптивной двигательной рекреации с детьми с детским церебральным параличом.	2
4.	**Практическое занятие №27. Адаптивная двигательная рекреация лиц с нарушением интеллекта.** Вопросы для обсуждения: 1. Медико-физиологическая и психолого-педагогическая характеристика лиц с задержкой психического развития. 2. Медико-физиологическая и психолого-педагогическая характеристика лиц с умственной отсталостью. 3. Причины и формы умственной отсталости. 4. Причины и формы задержки психического развития; 5. Особенности физического развития и двигательных способностей людей разного возраста с задержкой психического развития и умственной отсталостью. 6. Основные и специфические задачи адаптивной двигательной рекреации.	2
4.	**Практическое занятие №28. Адаптивная двигательная рекреация лиц с нарушением интеллекта.** Вопросы для обсуждения: 1. Средства, методы и методические приемы занятий. 2. Коррекционно-развивающие и спортивные игры, гимнастика,	2

	дыхательные упражнения, плавание, бег, ходьба и др.	

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция №1. Организационно-методические основы рекреационно-оздоровительной тренировки в адаптивной физической культуре.** Обсуждаемые вопросы: 1. Понятийный аппарат, цели, задачи, функции и принципы адаптивной двигательной рекреации. 2. Отличительные черты адаптивной двигательной рекреации; 3. Организация адаптивной двигательной рекреации. 4. Особенности организации занятий по адаптивной двигательной рекреации (педагогические, социально-психологические и др.) 5. Особенности деятельности занимающихся и специалистов в области двигательной рекреации (принципы, задачи, средства, методические приемы обучения, воспитания и организации).	2
2.	**Лекция №2. Технологии адаптивной двигательной рекреации.** Обсуждаемые вопросы: 1. Современные физкультурно-оздоровительные технологии для лиц с ограниченными возможностями здоровья; 2. Нетрадиционные оздоровительные системы; 3. Авторские физкультурно-оздоровительные системы и технологии, адаптированные для лиц с ограниченными возможностями здоровья.	2
3.	**Лекция №3. Адаптивная двигательная рекреация лиц разных возрастных групп с ограниченными возможностями здоровья.** Обсуждаемые вопросы: 1. Особенности двигательной и психической сфер лиц разных возрастных групп; 2. Особенности физкультурно-оздоровительной работы с лицами разных возрастных групп.	2
4.	**Лекция №4. Адаптивная двигательная рекреация лиц разных нозологических групп.** Обсуждаемые вопросы: 1. Особенности двигательной и психической сфер лиц разных нозологических групп; 2. Особенности физкультурно-оздоровительной работы с лицами разных нозологических групп.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Практическое занятие №1. Виды адаптивной двигательной рекреации.** Вопросы для обсуждения: 1. Адаптивный туризм; 2. Водные виды адаптивной двигательной рекреации; 3. Игровые виды адаптивной двигательной рекреации; 4. Танцевальные виды адаптивной двигательной рекреации; 5. Спартакианская программа работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья; 6. Виды адаптивной двигательной рекреации, основанные на взаимодействии человека с животными.	2

2.	**Практическое занятие №2. Современные физкультурно-оздоровительные технологии для лиц с ограниченными возможностями здоровья.** Вопросы для обсуждения: 1. Виды гимнастики, направленные на коррекцию телосложения и развитие силовых способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья; 2. Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики для лиц с отклонениями в состоянии здоровья; 3. Циклические виды спорта в рамках адаптивной двигательной рекреации; 4. Экстремальные виды адаптивной двигательной рекреации. Адаптивный рекреационный спорт; 5. Спортивные, коррекционно-развивающие игры в рамках адаптивной двигательной рекреации.	2
2.	**Практическое занятие №3. Нетрадиционные оздоровительные системы. Авторские физкультурно-оздоровительные системы и технологии, адаптированные для лиц с ограниченными возможностями здоровья.** Вопросы для обсуждения: 1. Оздоровительная гимнастика ци-гун; 2. Оздоровительная гимнастика тай-цзи-цьюань; 3. Восточная система ушу; 4. Оздоровительная система йога; 5. Славянские оздоровительные системы и др. 6. Авторские физкультурно-оздоровительные системы для лиц с нарушением зрения (система М. Норбекова, метод Бейтса и др.); 7. Авторские физкультурно-оздоровительные системы для лиц с нарушениями и поражением ОДА (восстановительная система В.И. Дикуля, метод Александера (суставная гимнастика и др.); 8. Авторские физкультурно-оздоровительные системы для лиц пожилого и старшего возраста (система здоровья Кацудзо Ниши, система оздоровления З. Арабули, программа «1000 движений» Н.М. Амосова, «Капля» А. Подводного, и др.).	2
3.	**Практическое занятие №4. Адаптивная двигательная рекреация лиц разных возрастных групп.** Вопросы для обсуждения: 1. Особенности двигательной сферы человека с ограниченными возможностями здоровья в разные возрастные периоды; 2. Реализация физкультурно-оздоровительных технологий в различные возрастные периоды повседневной жизни и деятельности человека.	2
4.	**Практическое занятие №5. Адаптивная двигательная рекреация лиц разных нозологических групп.** Вопросы для обсуждения: 1. Реабилитационный потенциал адаптивной двигательной рекреации для лиц с ограниченными возможностями здоровья. 2. Характеристика средств, форм и методов адаптивной двигательной рекреации лиц с поражением зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, интеллекта. 3. Реализация физкультурно-оздоровительных технологий в работе с лицами с поражением зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, интеллекта.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Виноградов, Г.П. Двигательная рекреация: теория : учебное пособие / Г.П. Виноградов, Е.А. Ивченко, Е.В. Ивченко. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2016. – 125 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Двигательная рекреация: практика : учебное пособие / Г.П. Виноградов, Е.А. Ивченко, Е.В. Ивченко, И.Г. Виноградов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 146 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Двигательная рекреация. Оздоровительная тренировка : учебное пособие / Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры ; сост. Л. Ю. Башта. — Омск : [б. и.], 2018. — 100 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Николаев, В. С. Двигательная активность и здоровье человека (теоретико-методические основы оздоровительной физической тренировки) : учебное пособие / В. С. Николаев, А. А. Щанкин. – 2-е изд., стер. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 82 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577707
5. Основы адаптивной двигательной рекреации : учебное пособие / О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина, А.А. Грачиков [и др.] ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2022. — 204 с. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Адаптивный спорт. Настольная книга тренера : учебник / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, А.Г. Абалян [и др.]. — Москва : ПРИНТЛЕТО, 2021. — 599 с. : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. Башта, Л. Ю. Теоретические и практические основы двигательной рекреации : учебное пособие / Л. Ю. Башта. — Омск : СибГУФК, 2015. — 132 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/107611. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Двигательная рекреация: оздоровительные виды гимнастики : учебное пособие / Л.В. Люйк, Т.К. Сахарнова, Г.Р. Айзятуллова, О.В. Солодянников. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 104 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ
4. Двигательная рекреация для лиц с ограниченными возможностями здоровья : учебное пособие / составитель А. Л. Ворожбитова. — Ставрополь : СКФУ, 2015. — 116 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/155502.— Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Дробышева, С. А. Основы адаптивной двигательной рекреации. Курс лекций / С. А. Дробышева. — Волгоград : ВГАФК, 2016. — 59 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/158063. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
6. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. — 2-е изд., стер. — Москва : Спорт-Человек, 2020. — 616 с. — ISBN 978-5-907225-56-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/165141. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
7. Современные проблемы адаптивной физической культуры и ее видов : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, А.А. Грачиков, А.В. Аксенов ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.

Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. — 136 с. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
8. Танцы на колясках : учебное пособие / Е.П. Лозко, С.П. Евсеев, Н.Г. Андреева [и др.] ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. —70 с. : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
9. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / авт.-сост. О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев ; под общ. ред. С. П. Евсеева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

При изучении дисциплины обучающимся предоставляются:

1. Мультимедийное сопровождение лекций.
2. Информационный фонд библиотек.
3. Интернет-ресурс.
4. Компьютерная внутривузовская сеть.
5. Оборудование аудитории для мультимедийного сопровождения занятий.
6. Аудио-видеоаппаратура.
7. Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляется адаптированная рабочая программа дисциплины с учетом потребностей нозологических групп.Для освоения дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья обеспечены следующие специальные условия:

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья **по зрению:**

- Предоставляется альтернативная версия официального сайта в сети «Интернет» для слабовидящих: www.lesgaft.spb.ru;

- В доступных для обучающихся (слепых и слабовидящих), местах и в адаптированной форме размещается информация.

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья **по слуху:**

- Предоставляется мультимедийное сопровождение учебной дисциплины в виде презентаций с использованием программы POWER POINT и других;

- При изучении дисциплины предоставляется возможность пользоваться в аудитории слуховыми аппаратами.

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья, имеющих **нарушения опорно-двигательного аппарата:**

- Обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения, в котором преподается дисциплина.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра теории и методики адаптивного спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Взаимодействие с родителями детей-инвалидов

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Направленность (профиль подготовки): «Физическая реабилитация»

_____ **Щевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой: _____ Аксенов А. В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Доцент кафедры, канд. пед. наук, доцент, Шелехов А.А.
Старший преподаватель кафедры ТиМАС Белодедова А.А.

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной форме обучения, на 2 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***зачет.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Профессиональные компетенции	
Профилактическая деятельность	ПК-1. Способен проводить занятия по общей физической и специальной подготовке лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ПК-1. Способен проводить занятия по общей физической и специальной подготовке лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов	ПК-1.1. Знает: - планы, содержание и объемы занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовке с членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - типовые (модельные) и авторские методики и технологии организации занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовки, используемые (рекомендуемые для использования) для подготовки спортсменов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - теорию и методику адаптивной физической культуры; - средства, формы и методы организации занятий по адаптивной физической культуре, общей физической подготовке, классификации физических упражнений; - методы и методики врачебно-педагогического контроля на тренировочных занятиях; - правила вида адаптивного спорта; - общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности и правила оказания первой помощи при проведении тренировочных мероприятий по виду адаптивного спорта; - характеристику спортивного оборудования, инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений для занятий адаптивной физической культурой и общей физической подготовкой со спортсменами- членами спортивной	Знает: - планы, содержание и объемы занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовке с членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - типовые (модельные) и авторские методики и технологии организации занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовки, используемые (рекомендуемые для использования) для подготовки спортсменов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - теорию и методику адаптивной физической культуры; - средства, формы и методы организации занятий по адаптивной физической культуре, общей физической подготовке, классификации физических упражнений; - методы и методики врачебно-педагогического контроля на тренировочных занятиях; - правила вида адаптивного спорта; - общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности и правила оказания первой помощи при проведении тренировочных мероприятий по виду адаптивного спорта; - характеристику спортивного оборудования, инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений для занятий адаптивной физической культурой и общей физической подготовкой со спортсменами- членами спортивной сборной команды по виду (спортивной

	сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений; - приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений. ПК-1.2. Умеет: - Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений для занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовке со спортсменами - членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - Разрабатывать методически обоснованный индивидуальный адаптационный курс тренировок для спортсмена – члена спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта, адаптационный курс тренировок для спортивной сборной команды; - Планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по адаптивному спорту (спортивной дисциплине); - Использовать методически обоснованные комплексы упражнений общей физической подготовки; - Определять признаки переутомления, перенапряжения, варьировать степенью и направленностью физической нагрузки; ПК-1.3. Имеет опыт: - Разработки плана проведения занятий по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - Разработки индивидуального адаптационного курса тренировок для спортсмена - члена спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта, адаптационного курса тренировок для спортивной сборной команды; - Выявление признаков переутомления, перенапряжения, регулирование физической нагрузки спортсменов - членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта во время проведения занятий; - Подготовки рекомендаций по совершенствованию проведения занятий по адаптивной физической культуре, общей физической подготовке со спортсменами - членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта.	дисциплине) адаптивного спорта; - правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений; - приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений. Умеет: - Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений для занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовке со спортсменами - членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - Разрабатывать методически обоснованный индивидуальный адаптационный курс тренировок для спортсмена – члена спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта, адаптационный курс тренировок для спортивной сборной команды; - Планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по адаптивному спорту (спортивной дисциплине); - Использовать методически обоснованные комплексы упражнений общей физической подготовки; - Определять признаки переутомления, перенапряжения, варьировать степенью и направленностью физической нагрузки; Имеет опыт: - Разработки плана проведения занятий по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - Разработки индивидуального адаптационного курса тренировок для спортсмена - члена спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта, адаптационного курса тренировок для спортивной сборной команды; - Выявление признаков переутомления, перенапряжения, регулирование физической нагрузки спортсменов - членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта во время проведения занятий; - Подготовки рекомендаций по совершенствованию проведения занятий по адаптивной физической культуре, общей физической подготовке со спортсменами - членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		94				94				
В том числе:										
Занятия лекционного типа		38				38				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		56				56				
Промежуточная аттестация (зачет)		6				6				
Самостоятельная работа студента		116				116				
Общая трудоемкость	**часы**	**216**				216				
	зачетные единицы	**6**				6				

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		18				18					
В том числе:											
Занятия лекционного типа		8				8					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		10				10					
Промежуточная аттестация (зачет)		4				4					
Самостоятельная работа студента		194				194					
В том числе:											
Выполнение контрольной работы		20				20					
Общая трудоемкость	**часы**	**216**				216					
	зачетные единицы	**6**				6					

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Основы психологии общения	Общение как вид деятельности. Средства общения. Взаимодействие в общении. Уровни общения по А.Б.Добровичу. Критерии эффективности общения. Педагогическое общение. Особенности общения с лицами с отклонениями в состоянии здоровья.	Знает: Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. Умеет: Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. Имеет опыт: Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными

			возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.
2	Особенности семей, воспитывающих ребенка-инвалида	Модели семейного воспитания. Причины нарушения взаимоотношений в семьях детей с отклонениями в развитии, возникновение негативных социальных явлений. Психологические типы родителей детей-инвалидов. Особенности семей в зависимости от нозологической группы ребенка.	Знает: Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. Умеет: Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. Имеет опыт: Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных

			представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.
3	Информационно-образовательная работа с родителями детей-инвалидов: цели, задачи и формы работы	Помощь семьям, воспитывающим детей с нарушениями развития: основные положения. Цели, задачи и формы работы с родителями детей-инвалидов. Формы организации информационно-образовательной работы с семьями детей инвалидов. Разработка содержания занятий с родителями детей-инвалидов. Особенности организации родительского клуба. Меры профилактики и коррекции неблагоприятных психических состояний.	Знает: Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. Умеет: Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. Имеет опыт: Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц

			различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания. Умеет критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре. Имеет опыт разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными

			возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на по развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов; - разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1	*Лекция №1* ***Общая характеристика общения в педагогическом процессе.*** Общение как вид человеческой деятельности. Виды общения. Педагогическое общение. Обучение как процесс общения. Уровни педагогического общения (по А.Б. Добровичу). Критерии его эффективности: деловой и личностный.	2
1	*Лекция №2* ***Особенности общения с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и их семьями.*** Общие и специфические этические требования общения с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья (терминологические, к вербальному и невербальному поведению и др.) Особенности общения с различными нозологическими группами. Этика общения с родителями, воспитывающими ребенка с отклонениями в состоянии здоровья.	2
2	*Лекция №3* ***Эволюция понятия «семья» в филогенезе.*** Происхождение семьи и ее эволюция в традиционном обществе. Эволюция форм семьи.	2
2	*Лекция №4*	2

	Функционирование семьи как системы. Структура семьи. Жизненный цикл семьи. Факторы семейного благополучия. Мотивы рождения ребенка.	
2	*Лекция №5* ***Функциональные и дисфункциональные семьи***. Функции семьи. Признаки функциональной и дисфункциональной семьи. Семья как фактор психического и социального развития ребенка.	2
2	*Лекция №6* ***Реакции родителей на рождение «особого» ребенка.*** Переживания, испытываемые родителями. Этапы приспособления к факту наличия приспособления к факту наличия тяжелого инвалидизирующего заболевания у ребенка. Адаптация семьи к болезни ребенка.	2
2	*Лекция №7* ***Причины нарушения взаимоотношений в семьях детей с отклонениями в развитии.*** Уровни деформации внутрисемейных отношений: психологический уровень, социальный уровень, соматический уровень.	2
2	*Лекция №8* ***Характеристика личностных особенностей родителей.*** Личностные характеристики родителей детей с отклонениями в развитии. Типология психологических портретов родителей (психосоматический, авторитарный и невротичный тип родителей).	2
2	*Лекция №9* ***Особенности воспитательного процесса в семьях, имеющих детей с отклонениями в развитии.*** Психологические (личностные) проблемы родителей, решаемые за счет ребенка. Модели семейного воспитания.	2
2	*Лекция №10* ***Характерные особенности семей в зависимости от нозологической группы ребенка.*** Проблемы семей с детьми с отклонениями в развитии. Влияние нарушений развития ребенка на родителей в зависимости от нозологической группы ребенка. Особенности отношений между родителями воспитывающими ребенка с отклонениями в развитии.	2
2	*Лекция №11* ***Роль семьи в коррекционно-развивающем маршруте ребенка с отклонениями в состоянии здоровья.*** Основные положения коррекционной работы. Основные задачи родителей как участников реабилитационных программ. Участие родителей в планировании и реализации коррекционно - развивающего маршрута ребенка. Педагогическая поддержка родителей, воспитывающих детей с отклонениями в состоянии здоровья.	2
2	*Лекция №12* ***Отношение общества к детям с отклонениями в развитии, детям инвалидам и их семьям.*** История развития взаимоотношений семьи и общества. Отношение общества к проблеме инвалидности и его влияние на внутренний климат семьи.	2
3	*Лекция №13* ***Информационно-образовательная работа с родителями детей-инвалидов.*** Цели, задачи и принципы информационно-образовательной работы с родителями детей-инвалидов. Функциональные блоки информационно-образовательной работы: административно-информационный, медицинский, педагогический, психологический, блок социально-правовой поддержки.	2

3	*Лекция №14* ***Формы организации информационно-образовательной работы с родителями детей-инвалидов.*** Групповая форма организации информационно-образовательной работы с родителями детей-инвалидов. Групповое взаимодействие с родителями детей-инвалидов: лекции, семинары, беседы, круглые столы и др. Индивидуальная работа с родителями детей-инвалидов: консультации, индивидуальные занятия по обучению упражнениям, играм и др.	2
3	*Лекция №15* ***Технологии изучения семьи.*** Технологии изучения семьи. Задачи, направления и методы диагностической работы. Методы диагностики семей и семейных отношений.	2
3	*Лекция №16* ***Средства и методы работы с семьей.*** Средства работы с семьей. Дифференцированный подход в работе с родителями, воспитывающими детей с ограниченными возможностями здоровья.	2
3	*Лекция №17* ***Взаимодействие специалистов и семей.*** Контакт родителей и специалистов. Исполнение ролей, возможность встать на чужую точку зрения. Развитие партнерства. Личностные качества, умения и навыки, необходимые специалисту.	2
3	*Лекция №18* ***Особенности взаимодействия с «неблагополучными семьями».*** Типология неблагополучных семей. Типичные факторы неблагополучия, воспитательное воздействие на детей, которое оказывает неблагополучная семья на ребенка. Принципы работы с неблагополучными семьями.	2
3	*Лекция №19* ***Стратегия взаимодействия с семьей человека с отклонениями в состоянии здоровья в процессе коррекционно-развивающей и реабилитационной деятельности.*** Принципы построения стратегии взаимодействия. Стратегия взаимодействия с семьей человека с отклонениями в состоянии здоровья и специалистом, учреждением, междисциплинарной командой. Участие семьи в планировании и реализации коррекционно-развивающего или реабилитационного маршрута. Неблагоприятные психические состояния родителей в процессе воспитательной, коррекционно-развивающей и реабилитационной работы.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1	*Семинар №1* ***Основы педагогического общения.*** Основы педагогического общения. Функции педагогического общения. Стили педагогического общения. Обучение как процесс общения.	2
1	*Семинар №2* ***Коммуникативные умения специалиста по адаптивной физической культуре.*** Коммуникативный компонент в структуре деятельности специалиста по адаптивной физической культуре. Требования к коммуникативным умениям специалиста по АФК.	2

1	*Семинар №3* ***Рекомендации по эффективному общению в группе.*** Техники слушания. Основы групповой дискуссии. Организация и проведение групповой дискуссии. Эффективное профессиональное общение с родителями детей-инвалидов.	2
1	*Семинар №4* ***Профилактика конфликтов в педагогическом процессе.*** Типология конфликта. Принципы и методы управления конфликтом. Педагогический конфликт. Конфликтные ситуации при взаимодействии с родителями детей с отклонениями в состоянии здоровья.	2
2	*Семинар №5* ***Структурные и функциональные изменения института семьи в современном обществе.*** Современные изменения семьи как системы. Изменение традиционных отношений «родители — дети». Негативные тенденции в брачно-семейных отношениях в современном мире.	2
2	*Семинар №6* ***Общие и специфические проблемы семьи, воспитывающей ребенка с нарушениями в развитии.*** Обсуждение и выделение общих и специфических проблем семей, воспитывающих ребенка с отклонениями в развитии (с учетом вида отклонения).	2
2	*Семинар №7* ***Влияние нарушений ребенка на семью как на систему.*** Влияние нарушений ребенка на семью как на систему. Влияние на матерей, отцов, братьев и сестер, бабушек и дедушек.	2
2	*Семинар №8* ***«Психологический тип» родителей детей-инвалидов.*** Определение «психологического типа» типа родителей детей-инвалидов. Знакомство с методикой В.В.Ткачевой «Психологический тип родителя».	2
2	*Семинар №9* ***Особенности взаимодействия с родителями детей инвалидов в зависимости от их психологического типа.*** Обсуждение рекомендаций по учету особенностей психологических типов родителей в процессе взаимодействия с ними. Особенности общения с родителями различных психологических типов.	2
2	*Семинар №10* ***Семейное воспитание ребенка с проблемами интеллектуального развития.*** Положение ребенка в семье. Подходы и методы коррекционного воспитания. Особенности воспитания ребенка с интеллектуальными нарушениями в семье.	2
2	*Семинар №11* ***Семейное воспитание ребенка с нарушением зрения.*** Позиция родителей ребенка с нарушением зрения. Подходы и методы коррекционного воспитания. Особенности воспитания ребенка с нарушениями зрения в семье.	2
2	*Семинар №12* ***Семейное воспитание ребенка с нарушением слуха.*** Позиция родителей ребенка с нарушением слуха. Подходы и методы коррекционного воспитания. Особенности воспитания ребенка с нарушением слуха в семье.	2
2	*Семинар №13* ***Семейное воспитание ребенка с поражением опорно-двигательного***	2

	аппарата (ПОДА). Проблемы семьи, воспитывающей ребенка с ПОДА. Подходы и методы коррекционного воспитания. Особенности воспитания ребенка с ПОДА в семье.	
2	*Семинар №14* ***Семейное воспитание ребенка с диагнозом расстройство аутистического спектра (РАС).*** Позиция родителей ребенка с нарушением эмоционально-волевой сферы. Подходы и методы коррекционного воспитания. Особенности воспитания ребенка с РАС в семье.	2
2	*Семинар №15* ***Семейное воспитание ребенка с задержкой психического развития (ЗПР).*** Положение ребенка в семье. Подходы и методы коррекционного воспитания. Особенности воспитания ребенка с ЗПР в семье.	2
3	*Семинар №16* ***Формы информационно-образовательной работы с родителями детей-инвалидов.*** Организация индивидуальной и групповой формы информационно-образовательной работы с родителями детей-инвалидов. Дистанционная работа с семьей.	2
3	*Семинар №17* ***Родительский клуб, как форма работы с родителями.*** Цели, задачи и направления работы родительского клуба. Изучение содержания плана работы родительского клуба.	2
3	*Семинар №18* ***Методы диагностики родительско-детских отношений.*** Технологии изучения семьи. Методики, для диагностики родительско-детских отношений, предлагаемые родителям.	2
3	*Семинар №19* ***Методы диагностики родительско-детских отношений.*** Технологии изучения семьи. Методики, для диагностики родительско-детских отношений, предлагаемые только детям и детям совместно с родителями.	2
3	*Семинар №20* ***Средства и методы работы с семьей, воспитывающей ребенка с отклонениями в состоянии здоровья.*** Направления и методики, рекомендованные для работы с семьей. Дифференцированный подход в работе с родителями, воспитывающими детей с ограниченными возможностями здоровья.	2
3	*Семинар №21* ***Взаимодействие с родителями ребенка с проблемами интеллектуального развития, задержкой психического развития (ЗПР).*** Помощь специалистов в воспитании умственно отсталого ребенка, ребенка с ЗПР в семье. Разработка содержания занятия для родителей ребенка с умственной отсталостью, ребенка с ЗПР.	2
3	*Семинар №22* ***Взаимодействие с родителями ребенка с нарушением зрения.*** Помощь специалиста в воспитании ребенка с нарушением зрения. Разработка содержания занятия для родителей ребенка с нарушением зрения.	2
3	*Семинар №23* ***Взаимодействие с родителями ребенка с нарушением слуха.*** Помощь специалиста в воспитании ребенка с нарушением слуха. Разработка	2

	содержания занятия для родителей ребенка с нарушением зрения.	
3	*Семинар №24* ***Взаимодействие с родителями ребенка с поражением опорно-двигательного аппарата (ПОДА).*** Помощь специалиста в воспитании ребенка с ПОДА Разработка содержания занятия для родителей ребенка с ПОДА.	2
3	*Семинар №25* ***Взаимодействие с родителями ребенка с диагнозом расстройство аутистического спектра (РАС).*** Помощь специалиста в воспитании ребенка с РАС. Разработка содержания занятия для родителей ребенка с РАС.	2
3	*Семинар №26* ***Особенности взаимодействия с «неблагополучными семьями».*** Взаимодействие с семьей детей групп риска. Типология неблагополучных семей. Признаки здоровой семьи и семьи «группы риска». Типичные факторы неблагополучия, воспитательное воздействие на детей, которое оказывает неблагополучная семья на ребенка. Принципы работы с «неблагополучными семьями». Роли педагога в процессе взаимодействия с семьями «группы риска». Формы взаимодействия педагогика с семьей группы риска». Алгоритм работы с семьями «групп риска».	2
3	*Семинар №27* ***Особенности взаимодействия с родителями в зависимости от вида адаптивной физической культуры, которым занимается ребенок с отклонениями в состоянии здоровья (ОВЗ).*** Особенности взаимодействия с родителями при посещении занятий ребенком с ОВЗ: -занятий по адаптивному физическому воспитанию; -занятий по адаптивному спорту -занятий по адаптивной физической реабилитации; -занятий по адаптивной двигательной рекреации; -занятий креативными телесно-ориентированными практиками; -занятий экстремальными видами двигательной активности.	2
3	*Семинар №28* ***Меры профилактики и коррекции неблагоприятных психических состояний.*** Неблагоприятные психические состояния родителей в процессе воспитательной, коррекционно-развивающей и реабилитационной работы. Рекомендации по профилактике и коррекции психических состояний. Индивидуализация приемов коррекции неблагоприятных психических состояний.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1	*Лекция №1* ***Особенности общения с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и их семьями.*** Общение как вид человеческой деятельности. Виды общения. Педагогическое	2

	общение. Общие и специфические этические требования общения с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья (терминологические, к вербальному и невербальному поведению и др.) Особенности общения с различными нозологическими группами.	
2	*Лекция №2* ***Характерные особенности семей, воспитывающих ребенка с отклонениями в состоянии здоровья.*** Реакции родителей на рождение «особого» ребенка. Уровни деформации внутрисемейных отношений. Проблемы семей с детьми с отклонениями в развитии. Влияние нарушений развития ребенка на родителей в зависимости от нозологической группы ребенка. Особенности отношений между родителями воспитывающими ребенка с отклонениями в развитии.	2
3	*Лекция №3* ***Информационно-образовательная работа с родителями детей-инвалидов.*** Основные положения коррекционной работы. Основные задачи родителей как участников реабилитационных программ. Цели, задачи и принципы информационно-образовательной работы с родителями детей-инвалидов. Формы организации информационно-образовательной работы с родителями детей-инвалидов.	2
3	*Лекция №4* ***Стратегия взаимодействия с семьей человека с отклонениями в состоянии здоровья в процессе коррекционно-развивающей и реабилитационной деятельности.*** Принципы построения стратегии взаимодействия. Стратегия взаимодействия с семьей человека с отклонениями в состоянии здоровья и специалистом, учреждением, междисциплинарной командой. Участие семьи в планировании и реализации коррекционно-развивающего или реабилитационного маршрута. Неблагоприятные психические состояния родителей в процессе воспитательной, коррекционно-развивающей и реабилитационной работы.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1	*Семинар №1* ***Особенности взаимодействия с родителями детей инвалидов*** Этика общения с родителями, воспитывающими ребенка с отклонениями в состоянии здоровья. Принципы и методы управления конфликтом. Педагогический конфликт. Конфликтные ситуации при взаимодействии с родителями детей с отклонениями в состоянии здоровья. Коммуникативный компонент в структуре деятельности специалиста по адаптивной физической культуре. Требования к коммуникативным умениям специалиста по АФК.	2
2	*Семинар №2* ***Общие и специфические проблемы семьи, воспитывающей ребенка с нарушениями в развитии.*** Положение ребенка в семье, позиция родителей. Общие и специфические проблемы семьи, воспитывающей ребенка с нарушениями в развитии. Влияние нарушений ребенка на семью как на систему. Определение «психологического типа» типа родителей детей-инвалидов. Знакомство с методикой В.В.Ткачевой «Психологический тип родителя».	2
2	*Семинар №3*	2

	Семейное воспитание ребенка с отклонениями в состоянии здоровья (ОВЗ). Особенности воспитания ребенка с ОВЗ в семье. .Позиция родителей в воспитании ребенка с ОВЗ. Подходы и методы коррекционного воспитания. Роль семьи в коррекционно-развивающем маршруте ребенка с отклонениями в состоянии здоровья.	
3	*Семинар №4* ***Средства и методы работы с семьей.*** Технологии изучения семьи. Методики, для диагностики родительско-детских отношений. Родительский клуб, как форма работы с родителями. Цели, задачи и направления работы родительского клуба. Изучение содержания плана работы родительского клуба. Направления и методики, рекомендованные для работы с семьей.	2
3	*Семинар №5* ***Взаимодействие с родителями ребенка с отклонениями в состоянии здоровья (ОВЗ).*** Помощь специалиста в воспитании ребенка с ОВЗ. Разработка содержания занятия для родителей ребенка с ОВЗ. Принципы построения стратегии взаимодействия с родителями ребенка с ОВЗ. Дифференцированный подход при работе с родителями.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Баринова, Е. Б. Теория и практика инклюзивного обучения в образовательных организациях : учебное пособие для вузов / Е. Б. Баринова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 97 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13878-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/519666
2. Баринова, Е. Б. Тьюторское сопровождение обучающихся в системе инклюзивного образования : учебное пособие для вузов / Е. Б. Баринова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 116 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13887-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/519805
3. Годовникова, Л. В. Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся с ОВЗ : учебное пособие для вузов / Л. В. Годовникова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 218 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12039-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/495967
4. Подольская, О. А. Тьюторское сопровождение лиц с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивного образования : учебное пособие / О. А. Подольская, И. В. Яковлева. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 79 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500388

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Богданова, Т. Г. Инклюзивное обучение лиц с сенсорными нарушениями : учебник для вузов / Т. Г. Богданова, Н. М. Назарова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14619-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/520208
2. Галасюк, И. Н. Обучение и воспитание детей с нарушениями интеллекта. Кураторство : учебное пособие для вузов / И. Н. Галасюк, Т. В. Шинина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 179 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08285-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/516026
3. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. — 2-е изд., стер. — Москва : Спорт-Человек, 2020. — 616 с. — ISBN 978-5-907225-56-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/165141. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Инклюзивное образование детей с ограниченными возможностями здоровья: дошкольная группа : учебник для вузов / Н. В. Микляева [и др.] ; под редакцией Н. В. Микляевой. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 308 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14186-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/519937
5. Педагогика инклюзивного образования : учебник / Т.Г. Богданова, А.А. Гусейнова, Н.М. Назарова [и др.]; под ред. Н. М. Назаровой. - Москва : ИНФРА-М, 2020. - 333, [1] с.
6. Социально-педагогическое сопровождение детей с ограниченными возможностями здоровья : учебник для вузов / Л. В. Мардахаев [и др.] ; под редакцией Л. В. Мардахаева, Е. А. Орловой. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 343 с. —

(Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9646-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513445
7. Частные методики адаптивной физической культуры : учебник / [под ред Л.В.Шапковой]. - Москва : Советский спорт, 2009. - 603 с. : ил.
8. Юревич, С. Н. Взаимодействие дошкольной образовательной организации и семьи : учебное пособие для вузов / С. Н. Юревич, Л. Н. Санникова, Н. И. Левшина ; под редакцией С. Н. Юревич. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 181 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10051-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/517399

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения

1. Мультимедийное сопровождение лекций (мультимедийные презентации)
2. Оборудование аудитории для мультимедийного сопровождения занятий (стационарный компьютер или ноутбук, подключенный к проектору)
3. Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляется адаптированная рабочая программа дисциплины с учетом потребностей нозологических групп. Для освоения дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья обеспечены следующие **специальные условия**:

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья ***по зрению:***
- Предоставляется альтернативная версия официального сайта в сети «Интернет» для слабовидящих. www.lesgaft.spb.ru.
- В доступных для обучающихся ***(слепых и слабовидящих***), местах и в адаптированной форме размещается информация.

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья ***по слуху***:

- Предоставляется мультимедийное сопровождение учебной дисциплины в виде презентаций с использованием программы POWER POINT и других.
- По обращению студентов предоставляются услуги переводчика жестового языка.
- При изучении дисциплины предоставляется возможность пользоваться в аудитории слуховыми аппаратами.

-Для студентов с ограниченными возможностями здоровья, имеющих ***нарушения опорно-двигательного аппарата:***

- Обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения, в котором преподается дисциплина.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Этика профессиональной деятельности

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
**49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями
в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)**

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
**Руководитель ОПОП по направлению
49.03.02 Физическая культура для лиц с
отклонениями
в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая
реабилитация»**

_____**Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«31» августа 2022г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____Евсеев С.П.

**Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022г., протокол № 01**

Авторы-разработчики:
Ладыгина Е.Б. профессор каф. ТиМАФК, канд. пед. наук, доцент
Евсеева О.Э., директор Института АФК, д-р. пед наук, профессор

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной форме обучения, на 2 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(зачет)***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Профессиональные компетенции	
ПК – 1 Способен проводить занятия по общей физической и специальной подготовке лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов	

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ПК – 1	ПК-1.1. Знает: - теорию и методику адаптивной физической культуры; - правила техники безопасности - правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений;	Знает: - теорию и методику адаптивной физической культуры; - правила техники безопасности - правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений;
	ПК-1.2. Умеет: - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по адаптивному спорту (спортивной дисциплине);	Умеет: - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по адаптивному спорту (спортивной дисциплине);
	ПК-1.3. Имеет опыт: - разработки плана проведения занятий по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта;	Имеет опыт: - разработки плана проведения занятий по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта;

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		94				94				
В том числе:										
Занятия лекционного типа		38				38				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		56				56				
Промежуточная аттестация (зачет)		6				6				
Самостоятельная работа студента		116				116				
Общая трудоемкость	**часы**	**216**				216				
	зачетные единицы	**6**				6				

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**18**				18					
В том числе:											
Занятия лекционного типа		**8**				8					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		**10**				10					
Промежуточная аттестация (зачет)		**4**				4					
Самостоятельная работа студента		**194**				194					
Контрольная работа		**20**				20					
Общая трудоемкость	**часы**	**216**				216					
	зачетные единицы	**6**				6					

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1 ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	«Этика профессионального общения»	Понятие об этике. Служебная этика и этикет. Деловая этика и этикет. Общение как социально-психологический механизм взаимодействия в профессиональной деятельности. Этические проблемы допинга. Виды общения. Невербальные средства коммуникации. Противоречия, возникающие в процессе профессиональной деятельности. Понятие конфликта. Типология конфликта. Принципы и методы управления конфликтом.	Знает: адаптивной физической культуры; - правила техники безопасности - правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений; Умеет: - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по адаптивному спорту (спортивной дисциплине); Имеет опыт: - подбора формы и - разработки плана проведения занятий по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта;
2.	«Особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре»	Требования к профессиональным качествам специалиста по адаптивной физической культуре. Понятие о «синдроме выгорания» и его профилактика. Понятие о стрессе, дистрессе. Факторы, вызывающие стресс. Формы разрядки нервно-эмоционального напряжения. Основы саморегуляции	Знает: адаптивной физической культуры; - правила техники безопасности - правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений; Умеет: - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по адаптивному

			спорту (спортивной дисциплине); Имеет опыт: - подбора формы и - разработки плана проведения занятий по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта;
3.	«Способы коммуникации с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья»	Общие и специфические этические требования общения с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.	Знает: адаптивной физической культуры; - правила техники безопасности - правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений; Умеет: - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по адаптивному спорту (спортивной дисциплине); Имеет опыт: - подбора формы и - разработки плана проведения занятий по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта;

4.2 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1	**Лекция №1. Введение в дисциплину «Этика в профессиональной деятельности»** Сущность понятий «этика», «мораль». Структура этики. Категории этики. Функции этики. Этика как практическая философия.	2
1	**Лекция №2. Введение в дисциплину «Этика в профессиональной деятельности»** Общие сведения об этической культуре. История развития данных понятий (Аристотель, Соркрат, И.Кант, К.Маркс и др.).	2
1	**Лекция №3 Некоторые проблемы становления и развития трудовой морали** Этические взгляды античных мыслителей, развитие трудовой этики в период средневековья и в эпоху Возрождения. Этика Нового времени. Этика И. Канта и др.	2
1	**Лекция №4. Профессиональная этика. Противоречия, возникающие в процессе профессиональной деятельности**. Особенности профессиональной этики. Основные категории профессиональной этики. Функции профессиональной этики. Профессионализм как нравственная черта личности. Виды профессиональной этики. Понятия: человек, индивид, личность. Типологическое разделение людей. Проявления личности в поведении и трудовой деятельности. Противоречия между личностью и внешними условиями жизнедеятельности. Внутриличностные противоречия. Противоречие между сложившимися свойствами, качествами личности и объективными требованиями профессиональной деятельности. Кодексы профессионально этики.	2
1	**Лекция №5 Конкретные виды профессиональной деятельности** Профессиональная этика педагога. Задачи педагогической этики. Категории педагогической этики. Процесс профессиональной деятельности педагога Типы отношений педагога к своему труду, к предмету своей деятельности. Специфика профессиональной морали научного работника. Нормы, принципы, ценности профессиональной морали научного работника	2
1	**Лекция №6 Проблемы влияния профессии на личность специалиста.** Профессионально-нравственная деформация. Виды профессионально-нравственной деформации. Механизмы нравственной деформации	2
1	**Лекция №7. Служебная этика и этикет. Деловая этика и этикет.** Характеристика понятий «деловая этика» и «Этикет». Основные принципы делового этикета. Нормы этикета.	2
1	**Лекция №8. Общение как социально-психологический механизм взаимодействия в профессиональной деятельности.**	2

	Виды общения. Характеристика делового общения. Вербальные средства коммуникации.	
1	**Лекция №9. Общение как социально-психологический механизм взаимодействия в профессиональной деятельности.** Нравственно-психологические аспекты отношений в коллективе. Особенности отношений в коллективе.	2
1	**Лекция № 10. Понятие конфликта. Типология конфликта**. Природа и причины конфликтов. Типология конфликтов.	2
1	**Лекция № 11. Понятие конфликта. Типология конфликта**. Разрешение конфликтов. Типы поведения участников конфликта. Принципы и методы управления конфликтом.	2
2	**Лекция № 12. Требования к профессиональным качествам специалиста по адаптивной физической культуре.** Профессиональная этика специалиста в области адаптивной физической культуры и ее сущность. Личностные характеристики специалиста в области адаптивной физической культуры. Качества личности и их характеристика. Профессионально важные качества личности. Комплекс морально-личностных качеств. Психологическая устойчивость, интегративное качество «харди».	2
2	**Лекция № 13. Понятие о стрессе, дистрессе. Факторы, вызывающие стресс.** Понятие о стрессе и причины его возникновения. Различие эустресса и дистресса. Профилактика и преодоление стресса.	2
2	**Лекция № 14 Понятие о «синдроме выгорания» и его профилактика.** Характеристика синдрома профессионального выгорания и условия его появления. Стадии профессионального выгорания и группы риска. Профилактика профессионального выгорания и рекомендации.	2
2	**Лекция № 15 Эффективное профессиональное общение.** Коммуникативные трудности с учетом типа нарушения и рекомендации по эффективному взаимодействию с занимающимися.	2
3	**Лекция № 16 Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.** Общие и специфические этические требования общения с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья (терминологические, к вербальному и невербальному поведению и др.) Особенности общения с лицами с нарушениями слуха. Особенности общения с лицами с нарушениями зрения.	2
3	**Лекция № 17 Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.** Общие и специфические этические требования общения с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья (терминологические, к вербальному и невербальному поведению и др.) Особенности общения с детьми с ЗПР. Особенности общения с лицами с ПОДА	2
3	**Лекция № 18. Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.** Общие и специфические этические требования общения с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья (терминологические, к вербальному и невербальному поведению и др.) Особенности общения с детьми с СДВГ.	2

	Особенности общения с ЛИН Приемы общения с аутичным ребенком.	
3	**Лекция № 19. Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.** Общие и специфические этические требования общения с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья (терминологические, к вербальному и невербальному поведению и др.) Приемы общения с аутичным ребенком. Особенности общения с людьми пожилого и старшего возраста	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1	**Практическое занятие №1. Основы этики. Психологическая и этическая структура личности** *вопросы для обсуждения:* — Профессионализм как нравственная черта личности. — Виды профессиональной этики. — Понятия: человек, индивид, личность. — Типологическое разделение людей. — Проявления личности в поведении и трудовой деятельности.	2
1	**Практическое занятие №2. Основы этики. Психологическая и этическая структура личности** *вопросы для обсуждения:* — Врожденные индивидуально- психологические свойства личности как основа для формирования черт характера. — Характер. Его социально-профессионально значимые черты. — Профессиональные способности и их формирование. — Социально- психологические установки как фактор, формирующий специфические особенности восприятия и оценки поведения окружающих. — Стереотипы восприятия, их формирование. — Профилактика формирования отрицательных стереотипов и установок.	2
1	**Практическое занятие № 3. Противоречия, возникающие в процессе профессиональной деятельности. Особенности отношений в коллективе.** *вопросы для обсуждения:* — Противоречия между личностью и внешними условиями жизнедеятельности Внутриличностные противоречия. Противоречие между сложившимися свойствами, качествами личности и объективными требованиями профессиональной деятельности.	2
1	**Практическое занятие №4. Общение как социально-психологический механизм взаимодействия в профессиональной деятельности.** — Характеристика делового общения. — Вербальные средства коммуникации. — Нравственно-психологические аспекты отношений в коллективе.	2

	Особенности отношений в коллективе.	
1	**Практическое занятие №5. Виды общения.** *вопросы для обсуждения:* — Понятие общения. — Функции, виды и средства общения — Функции общения: информативная, регулятивная, коммуникативная. — Виды общения: общение непосредственное (прямое) и опосредованное (косвенное). — Общение межличностное и групповое. — Общение ролевое (формализованное) и доверительное (неформальное). — Средства общения. Речь как средство общения. Требования к речи работника общественного питания: темп, ритм, интонация и информационная насыщенность речи.	2
1	**Практическое занятие №6. Виды общения.** *вопросы для обсуждения:* — Невербальные средства общения: пантомимика, направление взгляда или зрительный контакт, выражение глаз и лица, позы, изменение поз относительно словесного текста, расстояние до собеседника, угол поворота к нему, личное пространство. — Вспомогательные средства общения (особенности телосложения, средства изменения природного телосложения). — Акустические средства общения; связанные с речью (интонация, громкость, тембр голоса, тон, ритм, высота звука). Речевые паузы их расположение в тексте. Акустические средства общения, не связанные с речью.	2
1	**Практическое занятие № 7. Общение как межличностное взаимодействие.** *вопросы для обсуждения:* — Роли и ролевые ожидания в процессе общения. Выбор ролевого состояния в общении. Умение анализировать ролевые состояния общающихся, выделять скрытый смысл сказанного, определять подлинного инициатора акта общения, избегать возможных тактических и стратегических ошибок в общении. — Психологические этапы процесса общения. Этап ориентировки, установление психологического контакта, обмен речевыми сообщениями, окончание психологического контакта, их значение и функции в процессе общения. Основные закономерности установления психологического контакта.	2
1	**Практическое занятие № 8. Общение как межличностное взаимодействие.** *вопросы для обсуждения:* — Факторы, осложняющие общение в процессе занятий адаптивной физической культурой организациях — Ролевые ожидание и их несовпадения. — Общие принципы поведения человека. Процессы, определяющие поведение личности (первый- оценка ситуации; второй- формирование и осуществление реакции на ситуацию).	2

1	**Практическое занятие №9. Понятие конфликта. Типология конфликта. Принципы и методы управления конфликтом.** *вопросы для обсуждения:* — 1.Виды конфликтов. — 2.Типы поведения личности в конфликте.	2
1	**Практическое занятие №10. Принципы и методы управления конфликтом.** *вопросы для обсуждения:* — Типы поведения участников конфликта — Стратегия его разрешения (деловая игра).	2
2	**Практическое занятие №11 Требования к профессиональным качествам специалиста по адаптивной физической культуре.** *вопросы для обсуждения:* — Профессиональная этика специалиста в области адаптивной физической культуры и ее сущность. — Личностные характеристики специалиста в области адаптивной физической культуры. — Качества личности и их характеристика. — Комплекс морально-личностных качеств. — Психологическая устойчивость, интегративное качество «харди». — Профессиограмма	2
2	**Практическое занятие №12 Требования к профессиональным качествам специалиста по адаптивной физической культуре.** *вопросы для обсуждения:* — Особенности профессиональной деятельности специалиста АФК. — Профессионально важные качества личности специалиста АФК. Составление профессиограммы	2
2	**Практическое занятие №13. Понятие о стрессе, дистрессе. Факторы, вызывающие стресс.** *вопросы для обсуждения:* — Стресс, его проявления. — Факторы, вызывающие стресс.	2
2	**Практическое занятие № 14. Формы разрядки нервно-эмоционального напряжения. Основы саморегуляции.** *вопросы для обсуждения:* — Аутогенная тренировка (проведение занятия). — Другие формы разрядки нервно-эмоционального напряжения. Медитация. Массаж. Сон.	2
2	**Практическое занятие № 15. Формы разрядки нервно-эмоционального напряжения. Основы саморегуляции.** *вопросы для обсуждения:* — Аутогенная тренировка (проведение занятия). — Другие формы разрядки нервно-эмоционального напряжения. Медитация. Массаж. Сон.	2
2	**Практическое занятие №16.** **Понятие о «синдроме выгорания» и его профилактика.** *вопросы для обсуждения:* — Стадии профессионального выгорания. — Симптомы профессионального выгорания.	2

	— Средства профилактики профессионального выгорания (работа в малых группах)	
2	**Практическое занятие №17.** **Профилактика эмоционального выгорания** *вопросы для обсуждения:* Профилактика профессионального выгорания. Разработка программ.	2
3	**Практическое занятие №18. Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.** *вопросы для обсуждения:* — Общие и специфические этические требования общения с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья (терминологические, к вербальному и невербальному поведению и др.) — Внешние проявления синдрома раннего детского аутизма (РДА). Классификация РДА (по Лебединской К.С., Лебединскому В.В., Никольской О.С.)	2
3	**Практическое занятие №19. Эффективное профессиональное общение.** *вопросы для обсуждения:* 1. Коммуникативные трудности у лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Развитие коммуникативных умений у детей на уроке адаптивного физического воспитания (с учетом нарушений развития).	2
3	**Практическое занятие №20. Эффективное профессиональное общение.** *вопросы для обсуждения:* Коммуникативные трудности у лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Развитие коммуникативных умений у детей на уроке адаптивного физического воспитания (с учетом нарушений развития).	2
3	**Практическое занятие №21. Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья в зависимости от нозологии.** *вопросы для обсуждения:* Особенности общения с лицами с умственной отсталостью.	2
3	**Практическое занятие №22. Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья в зависимости от нозологии.** *вопросы для обсуждения:* Особенности общения с детьми с ЗПР.	2
3	**Практическое занятие №23. Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья в зависимости от нозологии.** *вопросы для обсуждения:* Особенности общения с лицами с нарушениями слуха.	2
3	**Практическое занятие №24. Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья в зависимости от нозологии.** *вопросы для обсуждения:* Особенности общения с лицами с нарушениями речи	2

3	**Практическое занятие №25. Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья в зависимости от нозологии.** *вопросы для обсуждения:* Особенности общения с лицами с нарушениями зрения.	2
3	**Практическое занятие №26. Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья в зависимости от нозологии.** *вопросы для обсуждения:* Особенности и приемы общения с аутичным ребенком.	2
3	**Практическое занятие №27 Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья в зависимости от нозологии.** *вопросы для обсуждения:* Особенности общения с детьми с СДВГ	2
3	**Практическое занятие №28. Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья в зависимости от нозологии.** *вопросы для обсуждения:* — Коммуникативные трудности с лицами пожилого и старшего возраста в процессе занятий адаптивной физической культурой. — Особенности и приемы общения с людьми пожилого и старшего возраста — Этические нормы общения с пожилыми людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1	**Лекция №1. Введение в дисциплину «Этика в профессиональной деятельности»** Сущность понятий «этика», «мораль». Структура этики. Категории этики. Функции этики. Этика как практическая философия. Общие сведения об этической культуре. История развития данных понятий (Аристотель, Соркрат, И.Кант, К.Маркс и др.).	*2*
1	**Лекция №2 Некоторые проблемы становления и развития трудовой морали и профессиональной этики** Этические взгляды античных мыслителей, развитие трудовой этики в период средневековья и в эпоху Возрождения. Этика Нового времени. Этика И. Канта и др. Особенности профессиональной этики. Основные категории профессиональной этики. Функции профессиональной этики. Профессионализм как нравственная черта личности. Виды профессиональной этики. Понятия: человек, индивид, личность. Типологическое разделение людей. Проявления личности в поведении и трудовой деятельности. Противоречия между личностью и внешними условиями	2

	жизнедеятельности. Внутриличностные противоречия. Противоречие между сложившимися свойствами, качествами личности и объективными требованиями профессиональной деятельности. Кодексы профессионально этики.	
1	**Лекция №3 Конкретные виды профессиональной деятельности** Профессиональная этика педагога. Задачи педагогической этики. Категории педагогической этики. Процесс профессиональной деятельности педагога Типы отношений педагога к своему труду, к предмету своей деятельности. Специфика профессиональной морали научного работника. Нормы, принципы, ценности профессиональной морали научного работника	2
2	**Лекция № 4. Общение как социально-психологический механизм взаимодействия в профессиональной деятельности. Требования к профессиональным качествам специалиста по адаптивной физической культуре. Общие нормы общения с инвалидами.** Виды общения. Характеристика делового общения. Вербальные средства коммуникации. Нравственно-психологические аспекты отношений в коллективе. Особенности отношений в коллективе. Профессиональная этика специалиста в области адаптивной физической культуры и ее сущность. Личностные характеристики специалиста в области адаптивной физической культуры. Качества личности и их характеристика. Профессионально важные качества личности. Комплекс морально-личностных качеств. Психологическая устойчивость, интегративное качество «харди».	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1	**Практическое занятие №1.** **Общение как социально-психологический механизм взаимодействия в профессиональной деятельности.** **Виды общения.** *Вопросы для обсуждения:* — Понятие общения. — Функции, виды и средства общения — Функции общения: информативная, регулятивная, коммуникативная. — Виды общения: общение непосредственное (прямое) и опосредованное (косвенное). — Общение межличностное и групповое. — Общение ролевое (формализованное) и доверительное (неформальное). Средства общения. Речь как средство общения. Требования к речи работника общественного питания: темп, ритм, интонация и информационная насыщенность речи.	2
2	**Практическое занятие №2** **Понятие о «синдроме выгорания» и его профилактика.** *Вопросы для обсуждения:* — Стадии профессионального выгорания. — Симптомы профессионального выгорания.	2

	Средства профилактики профессионального выгорания (работа в малых группах)	
3	**Практическое занятие №3.** **Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья в зависимости от нозологии.** *вопросы для обсуждения:* — Особенности общения с лицами с умственной отсталостью. — Особенности общения с детьми с ЗПР. — Особенности общения с лицами с нарушениями слуха. — Особенности общения с лицами с нарушениями зрения. —	2
3	**Практическое занятие №54** **Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.** *вопросы для обсуждения:* — Особенности общения с детьми с СДВГ. — Особенности общения с аутичным ребенком. — Особенности общения с людьми пожилого и старшего возраста	2
3	**Практическое занятие №5** **Эффективное профессиональное общение.** *Вопросы для обсуждения:* — Коммуникативные трудности у лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья. — Развитие коммуникативных умений у детей на уроке адаптивного физического воспитания (с учетом нарушений развития).	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Александрова, З.А. Профессиональная этика : учебное пособие / З.А. Александрова, С.Б. Кондратьева ; Министерство образования и науки Российской Федерации. - Москва : МПГУ, 2016. - 136 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4263-0462-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=469398
2. Кожевникова, Н. В. Педагогическая и спортивная этика: учебное пособие / Н. В. Кожевникова, Э. И. Белогородцева, Н. А. Волыхина. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 224 с. — ISBN 978-5-507-45222-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/262481 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Константинов, В. В. Профессиональная этика. Тесты : учебное пособие для вузов / В. В. Константинов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 23 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14154-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/519686
4. Ягодин, В. В. Основы спортивной этики : учебное пособие для вузов / В. В. Ягодин ; под научной редакцией З. В. Сенук. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 113 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09548-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/493682

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Белогородцева, Э.И. Основы педагогической и спортивной этики : учебник / Э.И. Белогородцева, Н.В. Кожевникова; под общей редакцией В. И. Криличевского. - Москва :Кнорус, 2021. - 285, [1] с.
2. Голобородько, А. Ю. Профессиональная этика педагога: инновационный курс для профессионально-личностного саморазвития : учебное пособие / А. Ю. Голобородько, Т. Д. Скуднова ; Таганрогский институт им. А. П. Чехова (филиал) РГЭУ (РИНХ). – Ростов-на-Дону : Издательско-полиграфический комплекс РГЭУ (РИНХ), 2020. – 298 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=614472
3. Кожевникова, Н.В. Педагогическая и спортивная этика : учебное пособие / Н.В. Кожевникова, Э.И. Белогородцева, Н.А. Волыхина; под редакцией Э. И. Белогородцевой. - Санкт-Петербург : Лань, 2021. - 223 с.
4. Колмогорова, Н.В. Основы общей и профессиональной этики и этикет : учебное пособие / Н.В. Колмогорова; М-во спорта, туризма и молодежной политики Рос. Федерации ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. – 276 с. - Омск : Изд-во СибГУФК, 2012. – 276 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Московчук, Л. С. Этика профессиональной деятельности : учебное пособие / Л. С. Московчук. — Санкт-Петербург : СПбГЭТУ ЛЭТИ, 2021. — 100 с. — ISBN 978-5-7629-2786-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/238457. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
6. Неретина, Т. Г. Профессиональная этика педагога : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 118 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=571488
7. Петрусевич, А. А. Педагогическая этика : учебное пособие / А. А. Петрусевич, Е. В. Чухина ; Омский государственный педагогический университет. – Омск : Омский государственный педагогический университет (ОмГПУ), 2018. – 296 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=616272

8. Скляр, Н. А. Профессиональная этика в психолого-педагогической деятельности : учебное пособие / Н. А. Скляр, Е. А. Васильева. — Великие Луки : ВЛГАФК, 2020. — 292 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/151136.— Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра теории и методики адаптивного спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы магистратуры по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»
_____**Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«29» августа 2022г., протокол № 1
Зав. кафедрой _____Аксенов А.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Зав. каф. ТиМАФК, д.п.н., профессор Евсеев С.П.
Ст. преп. каф. ТиМАС Терентьев Ф.В.

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе во 4 семестре по очной форме обучения, на 2 курсе в 4 семестре по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Профессиональные компетенции	
Развивающий	**ПК-1**. Способен проводить занятия по общей физической и специальной подготовке лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ПК-1.	**ПК-1.1.** Знает: - планы, содержание и объемы занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовке с членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - типовые (модельные) и авторские методики и технологии организации занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовки, используемые (рекомендуемые для использования) для подготовки спортсменов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - теорию и методику адаптивной физической культуры; - средства, формы и методы организации занятий по адаптивной физической культуре, общей физической подготовке, классификации физических упражнений; - методы и методики врачебно-педагогического контроля на тренировочных занятиях; - правила вида адаптивного спорта; - общие и	**Знает:** - планы, содержание и объемы занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовке с членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - типовые (модельные) и авторские методики и технологии организации занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовки, используемые (рекомендуемые для использования) для подготовки спортсменов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - теорию и методику адаптивной физической культуры; - средства, формы и методы организации занятий по адаптивной физической культуре, общей физической подготовке, классификации физических упражнений; - методы и методики врачебно-педагогического контроля на тренировочных занятиях; - правила вида адаптивного спорта; - общие и специальные санитарно-

	специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности и правила оказания первой помощи при проведении тренировочных мероприятий по виду адаптивного спорта; - характеристику спортивного оборудования, инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений для занятий адаптивной физической культурой и общей физической подготовкой со спортсменами- членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений; - приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений. **ПК-1.2.** Умеет: - Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений для занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовке со спортсменами - членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - Разрабатывать методически обоснованный индивидуальный адаптационный курс тренировок для спортсмена – члена спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта, адаптационный курс тренировок для спортивной сборной команды; - Планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по адаптивному спорту (спортивной дисциплине); - Использовать методически	гигиенические требования, правила техники безопасности и правила оказания первой помощи при проведении тренировочных мероприятий по виду адаптивного спорта; - характеристику спортивного оборудования, инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений для занятий адаптивной физической культурой и общей физической подготовкой со спортсменами- членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений; - приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений. **Умеет:** - Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений для занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовке со спортсменами - членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - Разрабатывать методически обоснованный индивидуальный адаптационный курс тренировок для спортсмена – члена спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта, адаптационный курс тренировок для спортивной сборной команды; - Планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по адаптивному спорту (спортивной дисциплине); - Использовать методически обоснованные комплексы упражнений общей

	обоснованные комплексы упражнений общей физической подготовки; - Определять признаки переутомления, перенапряжения, варьировать степенью и направленностью физической нагрузки; **ПК-1.3.** Имеет опыт: - Разработки плана проведения занятий по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - Разработки индивидуального адаптационного курса тренировок для спортсмена - члена спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта, адаптационного курса тренировок для спортивной сборной команды; - Выявление признаков переутомления, перенапряжения, регулирование физической нагрузки спортсменов - членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта во время проведения занятий; - Подготовки рекомендаций по совершенствованию проведения занятий по адаптивной физической культуре, общей физической подготовке со спортсменами - членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта.	физической подготовки; - Определять признаки переутомления, перенапряжения, варьировать степенью и направленностью физической нагрузки; **Имеет опыт:** - Разработки плана проведения занятий по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - Разработки индивидуального адаптационного курса тренировок для спортсмена - члена спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта, адаптационного курса тренировок для спортивной сборной команды; - Выявление признаков переутомления, перенапряжения, регулирование физической нагрузки спортсменов - членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта во время проведения занятий; - Подготовки рекомендаций по совершенствованию проведения занятий по адаптивной физической культуре, общей физической подготовке со спортсменами - членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		94				94				
В том числе:										
Занятия лекционного типа		38				38				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		56				56				
Промежуточная аттестация (экзамен)		18				18				
Самостоятельная работа студента		104				104				
Общая трудоемкость	**часы**	**216**				**216**				
	зачетные единицы	**6**				**6**				

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		18				18					
В том числе:											
Занятия лекционного типа		8				8					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		10				10					
Промежуточная аттестация (экзамен)		9				9					
Самостоятельная работа студента		189				189					
В том числе: контрольная работа		20				20					
Общая трудоемкость	**часы**	**216**				**216**					
	зачетные единицы	**6**				**6**					

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Тема 1. Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности	Теоретико-методологические основы дисциплины «Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности». Роль профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности в формировании у студентов профессиональных компетенций.	- теорию и методику адаптивной физической культуры; - средства, формы и методы организации занятий по адаптивной физической культуре, общей физической подготовке, классификации физических упражнений; - характеристику спортивного оборудования, инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений для занятий адаптивной физической культурой и общей физической подготовкой со спортсменами- членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; **Умеет:** Разрабатывать методически обоснованный индивидуальный адаптационный курс тренировок для спортсмена – члена спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта, адаптационный курс тренировок для спортивной сборной команды; **Имеет опыт:** - Выявление признаков переутомления, перенапряжения, регулирование физической нагрузки спортсменов - членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта во время проведения занятий;

2.	Тема 2. Понятие и классификация профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности	Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности по видам адаптивной физической культуры. Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности по видам заболеваний и инвалидности. Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности по видам спортивной и учебно-тренировочной деятельности. Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности с использованием специального оборудования. Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности с применением моделирования ограничений двигательной деятельности.	- планы, содержание и объемы занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовке с членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - типовые (модельные) и авторские методики и технологии организации занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовки, используемые (рекомендуемые для использования) для подготовки спортсменов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - теорию и методику адаптивной физической культуры; - средства, формы и методы организации занятий по адаптивной физической культуре, общей физической подготовке, классификации физических упражнений; - методы и методики врачебно-педагогического контроля на тренировочных занятиях; - правила вида адаптивного спорта; - общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности и правила оказания первой помощи при проведении тренировочных мероприятий по виду адаптивного спорта; - характеристику спортивного оборудования, инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений для занятий адаптивной физической культурой и общей физической подготовкой со спортсменами- членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений; - приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений. **Умеет:** - Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений для занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовке со спортсменами - членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; -

		Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности с организацией инклюзивных занятий.	Разрабатывать методически обоснованный индивидуальный адаптационный курс тренировок для спортсмена – члена спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта, адаптационный курс тренировок для спортивной сборной команды; - Планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по адаптивному спорту (спортивной дисциплине); - Использовать методически обоснованные комплексы упражнений общей физической подготовки; - Определять признаки переутомления, перенапряжения, варьировать степенью и направленностью физической нагрузки; **Имеет опыт:** - Разработки плана проведения занятий по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - Разработки индивидуального адаптационного курса тренировок для спортсмена - члена спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта, адаптационного курса тренировок для спортивной сборной команды; - Выявление признаков переутомления, перенапряжения, регулирование физической нагрузки спортсменов - членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта во время проведения занятий; - Подготовки рекомендаций по совершенствованию проведения занятий по адаптивной физической культуре, общей физической подготовке со спортсменами - членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта.

3.	Тема 3. Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности	Коррекционные подвижные игры для детей с нарушением в развитии. Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для детей с поражением опорно-двигательного аппарата. Игра как профессионально-ориерованный вид деятельности для слепых и слабовидящих детей. Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для глухих и слабослышащих детей. Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности дл детей с проблемами интеллекта. Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для детей с нарушением речи. Игры для установления психологического контакта. Развивающие игры.	- планы, содержание и объемы занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовке с членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - типовые (модельные) и авторские методики и технологии организации занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовки, используемые (рекомендуемые для использования) для подготовки спортсменов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - теорию и методику адаптивной физической культуры; - средства, формы и методы организации занятий по адаптивной физической культуре, общей физической подготовке, классификации физических упражнений; - методы и методики врачебно-педагогического контроля на тренировочных занятиях; . **Умеет:** - Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений для занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовке со спортсменами - членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; - Планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по адаптивному спорту (спортивной дисциплине); - Использовать методически обоснованные комплексы упражнений общей физической подготовки; - Определять признаки переутомления, перенапряжения, варьировать степенью и направленностью физической нагрузки; **Имеет опыт:** - Выявление признаков переутомления, перенапряжения, регулирование физической нагрузки спортсменов - членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта во время проведения занятий; - Подготовки рекомендаций по

			совершенствованию проведения занятий по адаптивной физической культуре, общей физической подготовке со спортсменами - членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта.

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЛЕКЦИИ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	**Лекция №1.** Теоретико-методологические основы дисциплины профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности. **План лекции:** Содержание образования в любой области человеческой деятельности должно состоять не только из совокупности соответствующих знаний, умений и навыков, но и опыта творческой работы и эмоционально-ценностных отношений, складывающихся в этой деятельности.	**2**
1.	**Лекция №2.** Теоретико-методологические основы дисциплины профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности. **План лекции:** При обучении любым новым для занимающихся двигательным действиям первостепенной является проблема формирования у него ориентировочной основы действия (ООД), включающей в себя образ системы условий, которые реально использует человек, осуществляющий действие.	**2**
2	**Лекция №3.** Роль профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности в формировании у студентов профессиональных компетенций. **План лекции:** Огромное значение профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности имеют при формировании у студентов методических профильных компетенций, необходимых, например, при обучении двигательным действиям, развитии и совершенствовании физических качеств и способностей.	**2**
2.	**Лекция №4.** Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности по видам адаптивной физической культуры. **План лекции:** Понятие профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности. Группы профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности. Подготовка специалистов по адаптивному физическому воспитанию, адаптивному спорту, адаптивной двигательной рекреации, физической реабилитации, креативным (художественно-музыкальным) телесно-ориентированным практикам. Виды деятельности, применяемые в адаптивном спорте.	**2**

2.	**Лекция №5**. Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности по видам адаптивной физической культуры. **План лекции:** Виды деятельности, применяемые в адаптивной двигательной рекреации. Виды деятельности, применяемые в физической реабилитации. Виды деятельности, применяемые в креативных (художественно-музыкальных) телесно-ориентированнымх практик.	**2**
2.	**Лекция №6.** Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности по видам заболеваний и инвалидности **План лекции:** Понятие профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности. Подготовка специалистов для работы с: незрячими и слабовидящими, неслышащими и слабослышащими, имеющими поражения опорно-двигательного аппарата, имеющими поражения интеллекта и др. Классификация профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности.	**2**
2	**Лекция №7.** Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности с использованием специального оборудования. **План лекции:** Понятие профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности. Классификация профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности. В эту группу входят: использование озвученных мячей для голбола и торбола, винтовки с устройством прицеливания по звуку для биатлона, применяющихся у незрячих спортсменов; спортивных снарядов и снаряжения для игры в хоккей на полу, роликовых коньков, входящих в программы соревнований у лиц с поражением интеллекта; спортивных снарядов и оборудования для игры в боччиа, которая входит в перечень видов спорта для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата и др.	**2**
2	**Лекция №8.** Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности с использованием специального оборудования. **План лекции:** Средства искусственной депривации и иммобилизации: очки для плавания, звуконепроницаемые наушники, иммобилизация суставных движений в локтевом, плечевом, коленном и др. суставов.	**2**
2	**Лекция №9.** Коррекционные подвижные игры для детей с нарушением в развитии **План лекции:** Понятие игра. Понятие коррекционная игра. Классификация игр. Место игры в жизнедеятельности детей с нарушениями в развитии. Задачи игровой деятельности.	**2**
2	**Лекция №10.** Коррекционные подвижные игры для детей с нарушением в развитии **План лекции:** Требования к проведению подвижных игр. Подготовка и проведение игры. Дозирование нагрузки при проведении подвижных игр. Организация и методика проведения подвижных игр.	**2**

3	**Лекция №11.** Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для детей с поражением опорно-двигательного аппарата. **План лекции:**Понятие «детский церебральный паралич». Классификация поражений опорно-двигательного аппарата. Понятие игра. Игры с использованием бега, прыжков, ползания на четвереньках, различных видов ходьбы, быстрого изменения положений и поз.	**2**
3	**Лекция №12.** Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для детей с поражением опорно-двигательного аппарата. **План лекции:** Влияние игры на развитие ребенка с поражением опорно-двигательного аппарата. Особенности методики проведения подвижных игр с детьми с поражением опорно-двигательного аппарата.	**2**
3	**Лекция №13.** Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для слепых и слабовидящих детей **План лекции:** Понятие игра. Влияние игры на развитие слепого или слабовидящего ребенка. Особенности методики проведения подвижных игр с незрячими и слабовидящими детьми. Организация и проведения игр для слабовидящих и незрячих детей.	**2**
3	**Лекция №14.** Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для слепых и слабовидящих детей **План лекции:** Показания и противопоказания к применению игр. Инвентарь для проведения игр со слепыми и слабовидящими детьми	**2**
3	**Лекция №15.** Игры для установления психологического контакта. **План лекции:** Понятие игра. Игра как деятельность. Игра для психологического контакта между занимающимися.	**2**
3	**Лекция №16.** Игры для установления психологического контакта. **План лекции:** Возможности психологической игра. Примеры психологических игр, направленных на установление психологического контакта между занимающимися.	**2**
3	**Лекция №17.** Развивающие игры **План лекции:** Понятие развивающая игра. Влияние развивающих игр для детей с нарушениями в развитии. Классификация игр.	**2**
3	**Лекция №18.** Развивающие игры **План лекции:** Организация и проведение развивающих игр для детей с различными нозологиями.	**2**
3	**Лекция №19.** Развивающие игры **План лекции:** Примеры развивающих игр на примере разных нозологических групп.	**2**

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	**Практическое занятие №1**. Теоретико-методологические основы дисциплины профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности ***Вопросы для обсуждения:*** Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности. Включение их в содержание образования специалистов**.**	**2**
1	**Практическое занятие №2.** Теоретико-методологические основы дисциплины профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности ***Вопросы для обсуждения:*** Ориентировочная основа действия (ООД), включающая в себя образ системы условий, которые реально использует человек, осуществляющий действие.	**2**
2	**Практическое занятие №3.** Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности по видам адаптивной физической культуры ***Вопросы для обсуждения:*** Понятие профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности. Группы профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности.	**2**
2	**Практическое занятие №4.** Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности по видам адаптивной физической культуры ***Вопросы для обсуждения:*** Подготовка специалистов по адаптивному физическому воспитанию, адаптивному спорту, адаптивной двигательной рекреации, физической реабилитации, креативным (художественно-музыкальным) телесно-ориентированным практикам.	**2**
2	**Практическое занятие №5.** Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности с применением моделирования ограничений двигательной деятельности ***Вопросы для обсуждения:*** Группы видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности с профессиональной ориентацией: использующих искусственную депривацию сенсорных систем человека и иммобилизацию тех или иных его суставных движений;	**2**
2	**Практическое занятие №6.** Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности по видам заболеваний и инвалидности ***Вопросы для обсуждения:*** Понятие профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности.	**2**

	Подготовка специалистов для работы с незрячими и слабовидящими, неслышащими и слабослышащими, имеющими поражения опорно-двигательного аппарата, имеющими поражения интеллекта и др.	
2	**Практическое занятие №7.** Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности по видам спортивной и учебно-тренировочной деятельности ***Вопросы для обсуждения:*** Классификация профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности. Группы профессионально-ориентированной соревновательной и учебно-тренировочной деятельности.	**2**
2	**Практическое занятие №8**. Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности с использованием специального оборудования ***Вопросы для обсуждения:*** Использование озвученных мячей для голбола и торбола, винтовки с устройством прицеливания по звуку для биатлона, применяющихся у незрячих спортсменов;	**2**
2	**Практическое занятие №9.** Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности с использованием специального оборудования ***Вопросы для обсуждения:*** Использование спортивных снарядов и снаряжения для игры в хоккей на полу, роликовых коньков, входящих в программы соревнований у лиц с поражением интеллекта;	**2**
2	**Практическое занятие №10.** Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности с организацией инклюзивных занятий ***Вопросы для обсуждения:*** Способы участия студентов всовместных со спортсменами-инвалидами мероприятий, когда студент выступает в качестве партнера или спортивного соперника. Понятие инклюзивных занятий.	**2**
3	**Практическое занятие №11.** Коррекционные подвижные игры для детей с нарушением в развитии ***Вопросы для обсуждения:*** Понятие игра. Понятие коррекционная игра. Классификация игр.	**2**
3	**Практическое занятие №12.** Коррекционные подвижные игры для детей с нарушением в развитии ***Вопросы для обсуждения:*** Место игры в жизнедеятельности детей с нарушениями в развитии. Задачи игровой деятельности.	**2**
3	**Практическое занятие №13.** Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для детей с поражением опорно-двигательного аппарата ***Вопросы для обсуждения:*** Понятие детский церебральным паралич. Классификация поражений опорно-двигательного аппарата.	**2**

	Игры с использованием бега, прыжков, ползания на четвереньках, различных видов ходьбы, быстрого изменения положений и поз.	
3	**Практическое занятие №14.** Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для слепых и слабовидящих детей ***Вопросы для обсуждения:*** Влияние игры на развитие слепого или слабовидящего ребенка. Особенности методики проведения подвижных игр с незрячими и слабовидящими детьми.	**2**
3	**Практическое занятие №15.** Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для слепых и слабовидящих детей ***Вопросы для обсуждения:*** Организация и проведения игр для слабовидящих и незрячих детей.	**2**
3	**Практическое занятие №16.** Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для глухих и слабослышащих детей ***Вопросы для обсуждения:*** Влияние игры на развитие глухого и слабослышащего ребенка. Особенности методики проведения подвижных игр с детьми имеющими депривацию слуха.	**2**
3	**Практическое занятие №17.** Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для глухих и слабослышащих детей ***Вопросы для обсуждения:*** Организация и проведения игр с глухими и слабослышащими детьми.	**2**
3	**Практическое занятие №18.** Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для глухих и слабослышащих детей ***Вопросы для обсуждения:*** Показания и противопоказания к применению игр. Инвентарь для проведения игр для детей с депривацией слуха.	**2**
3	**Практическое занятие №19.** Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для детей с интеллектуальныминарушениями ***Вопросы для обсуждения:*** Влияние игры на развитие ребенка с нарушением интеллекта. Особенности методики проведения подвижных игр с имеющими нарушение интеллекта.	**2**
3	**Практическое занятие №20.** Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для детей с интеллектуальныминарушениями ***Вопросы для обсуждения:*** Организация и проведения игр с детьми с нарушением интеллекта	**2**
3	**Практическое занятие №21**. Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для детей с нарушением речи ***Вопросы для обсуждения:*** Влияние игры на развитие ребенка с нарушением речи. Особенности методики проведения подвижных игр с детьми имеющих нарушение речи.	**2**
3	**Практическое занятие №22**. Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для детей с нарушением речи ***Вопросы для обсуждения:*** Организация и проведения игр с детьми с нарушением речи.	**2**

	Показания и противопоказания к применению игр.	
3	**Практическое занятие №23.** Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для детей с нарушением речи ***Вопросы для обсуждения:*** Инвентарь для проведения игр с детьми с нарушением речи. Виды игр для детей с нарушением речи. Методические рекомендации.	**2**
3	**Практическое занятие №24.** Развивающие игры. ***Вопросы для обсуждения:*** Понятие развивающая игра. Влияние развивающих игр для детей с нарушениями в развитии. Классификация игр.	**2**
3	**Практическое занятие №25.** Игры на установление психологического контакта ***Вопросы для обсуждения:*** Особенности психической деятельности детей с ОВЗ Типы поведения детей с ОВЗ Игра, как средство коммуникации между педагогом и ребёнком Игры для детей с расстройствами аутистического спектра	**2**
3	**Практическое занятие №26.** Использование нестандартного оборудования и инвентаря при проведении игр ***Вопросы для обсуждения:*** Игры с самодельным инвентарём Игры с «парашютом» Дидактические и сюжетно-ролевые игры	**2**
3	**Практическое занятие №27.** Игра ребенка с комплексными нарушениями ***Вопросы для обсуждения:*** Игры для детей с сочетанным нарушением слуха и речи Иры для детей с нарушением речи и интеллекта Игры для детей с нарушением ОДА и интеллекта	**2**
3	**Практическое занятие №28.** Игра ребенка с комплексными нарушениями ***Вопросы для обсуждения:*** Игры для детей с сочетанным нарушением слуха и речи Иры для детей с нарушением речи и интеллекта Игры для детей с нарушением ОДА и интеллекта	**2**

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЛЕКЦИИ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	**Лекция №1.** Теоретико-методологические основы дисциплины профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности. **План лекции:** Роль профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности в формировании у студентов профессиональных компетенций.	**2**

2	**Лекция №2.** Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности по видам адаптивной физической культуры. **План лекции:** Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности по видам заболеваний и инвалидности Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности с использованием специального оборудования.	**2**
3	**Лекция №3.** Коррекционные подвижные игры для детей с нарушением в развитии **План лекции:** Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для детей с поражением опорно-двигательного аппарата. Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для слепых и слабовидящих детей	**2**
3	**Лекция №4.** Игры для установления психологического контакта. **План лекции:** Развивающие игры	**2**

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	**Практическое занятие №1.** Теоретико-методологические основы дисциплины профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности ***Вопросы для обсуждения:*** Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности. Включение их в содержание образования специалистов**.** Ориентировочная основа действия (ООД), включающая в себя образ системы условий, которые реально использует человек, осуществляющий действие.	**2**
2	**Практическое занятие №2.** Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности по видам адаптивной физической культуры ***Вопросы для обсуждения:*** Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности с применением моделирования ограничений двигательной деятельности	**2**
2	**Практическое занятие №3.** Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности по видам заболеваний и инвалидности ***Вопросы для обсуждения:*** Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности по видам спортивной и учебно-тренировочной деятельности	**2**

	Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности с использованием специального оборудования Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности с организацией инклюзивных занятий	
3	**Практическое занятие №4.** Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для слепых и слабовидящих детей ***Вопросы для обсуждения:*** Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для глухих и слабослышащих детей	**2**
3	**Практическое занятие №5.** Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для детей с интеллектуальными нарушениями ***Вопросы для обсуждения:*** Игра как профессионально-ориентированный вид деятельности для детей с нарушением речи Развивающие игры.	**2**

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Вишнякова, Ю.Ю. Радиальный баскетбол : учебное пособие / Ю.Ю. Вишнякова, А.А. Шелехов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 85 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ
2. Вишнякова, Ю.Ю. Хоккей на полу : учебное пособие / Ю.Ю. Вишнякова, И.Г. Ненахов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 108 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Грачиков, А.А. Горнолыжная подготовка инвалидов и детей-инвалидов на спортивно-оздоровительном этапе : учебное пособие / А.А. Грачиков, О.Э. Евсеева, А.А. Шелехов ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. — 131 с. : ил., табл. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
4. Павленко, А.В. Основы системы подготовки детей-инвалидов в паратхэквондо : учебное пособие / А.В. Павленко. - Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2015. – 97 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Адаптивный спорт. Настольная книга тренера : учебник / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, А.Г. Абалян [и др.]. — Москва : ПРИНТЛЕТО, 2021. — 599 с. : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки
2. 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, 2023. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08390-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/516453
3. Дивинская, А. Е. Технологии физкультурно-спортивной деятельности адаптивной физической культуре. Курс лекций / А. Е. Дивинская. — Волгоград : ВГАФК, 2016. — 77 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/158062.— Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Евсеева, О.Э. Нормативно-правовые основы развития системы подготовки спортивного резерва паралимпийцев : монография / О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. - 162, [1] с. : ил.
5. Евсеева, О.Э. Организационно-педагогические детерминанты подготовки спортивного резерва в паралимпийских видах спорта : монография / О.Э. Евсеева. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. - 174 с. : ил.
6. Евсеева, О.Э. Отношение специалистов к использованию Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) для оценки уровня физической подготовленности инвалидов : [монография] / О.Э. Евсеева. - Санкт-Петербург : Изд-во Политехнического университета, 2017. - 136 с. : ил.
7. Несмеянов, А.А. Питербаскет и здоровье человека : [монография] / А.А. Несмеянов, А.А. Хадарцев, А.А. Кожемов; Европейская Академия Естественных Наук (ЕАЕН) ; под общ. ред. А. А. Хадарцева. - 2-е изд., испр. и доп. - [Тула] : [б. и.], 2016. - 213 с. : ил.
8. Основы подготовки спортсменов-пловцов с отклонениями в состоянии здоровья : учебное пособие / В.Ю. Дубинин, И.В. Клешнев, М.Д. Мосунова [и др]. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 152 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

9. Технико-тактическая подготовка пловца в паралимпийском спорте : монография / [под науч. ред. Д.Ф.Мосунова]. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. – 313 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
10. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / [авт.-сост.: О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев] ; под общ. ред. С. П. Евсеева. — Москва : Спорт, 2016. — 384 с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности» не требует специального материально-технического обеспечения, однако при этом желательно наличие компьютерной техники и современных средств публичной демонстрации визуального материала (мультимедиа) в учебной аудитории.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Допускается замена оборудования его виртуальными аналогами.

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляется адаптированная рабочая программа дисциплины с учетом потребностей нозологических групп.Для освоения дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья обеспечены следующие **специальные условия**:

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья ***по зрению:***

- Предоставляется альтернативная версия официального сайта в сети «Интернет» для слабовидящих. www.lesgaft.spb.ru.

- В доступных для обучающихся ***(слепых и слабовидящих***), местах и в адаптированной форме размещается информация.

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- Предоставляется мультимедийное сопровождение учебной дисциплины в виде презентаций с использованием программы POWER POINT и других.

- По обращению студентов предоставляются услуги переводчика жестового языка.

- При изучении дисциплины предоставляется возможность пользоваться в аудитории слуховыми аппаратами.

-Для студентов с ограниченными возможностями здоровья, имеющих ***нарушения опорно-двигательного аппарата:***

- Обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения, в котором преподается дисциплина.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра теории и методики адаптивного спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Коррекционные и подвижные игры

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»
_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«29» августа 2022 г., протокол № 1
Зав. кафедрой _____ Аксенов А.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Доцент каф. ТиМАС Терентьева И.Г.
Ст. преп. каф. ТиМАС Терентьев Ф.В.
Преп. каф. ТиМАС Жирнова А.Д.

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе в 4 семестре по очной форме обучения, на 2 курсе в 4 семестре по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Профессиональные компетенции	
Компенсаторный	ПК-1. Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ПК-1	**ПК-1.1.** Знает: Основы реализация программ направленных на развитие оставшихся после болезни или травмы функций организма человека с целью частичной или полной замены утраченных функций. деятельность применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая. практики эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; физиологические основы компенсаторных механизмов; методики анализа потребностей в назначении технических средств реабилитации и ассистивных технологий для лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека; теорию адаптации, дезадаптации и стресса, теорию функциональных систем,	**Знает:** Основы реализация программ направленных на развитие оставшихся после болезни или травмы функций организма человека с целью частичной или полной замены утраченных функций. деятельность применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая. практики эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; физиологические основы компенсаторных механизмов; методики анализа потребностей в назначении технических средств реабилитации и ассистивных технологий для лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека; теорию адаптации, дезадаптации и стресса, теорию функциональных систем, теорию о типовых патологических процессах, утомление, переутомление, перенапряжение.

	теорию о типовых патологических процессах, утомление, переутомление, перенапряжение. **ПК-1.2.** Умеет: владеть методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций; **ПК-1.3.** Имеет опыт: Разработки рекомендаций и оказания помощи инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации; определения механизмов формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.	**Умеет:** владеть методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций; **Имеет опыт:** Разработки рекомендаций и оказания помощи инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации; определения механизмов формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		94				94				
В том числе:										
Занятия лекционного типа		38				38				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		56				56				
Промежуточная аттестация (экзамен)		18				18				
Самостоятельная работа студента		104				104				
Общая трудоемкость	**часы**	**216**				**216**				
	зачетные единицы	**6**				**6**				

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		18				18					
В том числе:											
Занятия лекционного типа		8				8					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		10				10					
Промежуточная аттестация (экзамен)		9				9					
Самостоятельная работа студента		189				189					
В том числе: контрольная работа		20				20					
Общая трудоемкость	**часы**	**216**				**216**					
	зачетные единицы	**6**				**6**					

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Тема 1. Коррекционные подвижные игры для детей с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических групп	Подвижные игры для детей с нарушением зрения. Подвижные игры для детей с нарушением интеллекта. Подвижные игры для детей с нарушением слуха. Подвижные игры для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата. Подвижные игры для лиц с детским церебральным параличом. Организация подвижных игр для детей с отклонениями в состоянии здоровья. Организация и проведение спортивных праздников и фестивалей для детей с отклонениями в состоянии здоровья Дозирование нагрузки при проведении подвижных игры для детей с отклонениями в состоянии здоровья. Биологические аспекты игры. Педагогические и психологические аспекты игры. Сюжетно-ролевые игры. Подвижные игры, подводящие к спортивным.	ПК-1.1. Знает: Основы реализация программ, направленных на развитие оставшихся после болезни или травмы функций организма человека с целью частичной или полной замены утраченных функций. деятельность применять на практике комплексы упражнений, ПК-1.2 Умеет: владеть методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; ПК-1.3 Имеет опыт: разработки рекомендаций и оказания помощи инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации;
2.	Тема 2. Развивающие игры	Игры, направленные на коррекцию и развитие речевой сферы у детей. Игры на развитие внимания. Игры, направленные на развитие мелкой моторки. Игры направленные на развитие координации. Игры на развитие физических качеств. Игры, направленные на установление психологического контакта.	ПК-1.1. Знает: использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая. практики эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; ПК-1.2 Умеет: оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц с отклонениями

			в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций; ПК-1.3 Имеет опыт: определения механизмов формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
3.	Тема 3. Подвижные игры с использованием нестандартного инвентаря и игры в водной среде	Подвижные игры в воде и у воды. Подвижные игры и игры с нестандартным инвентарем.	ПК-1.1. Знает: физиологические основы компенсаторных механизмов; методики анализа потребностей в назначении технических средств реабилитации и ассистивных технологий для лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека; теорию адаптации, дезадаптации и стресса, теорию функциональных систем, теорию о типовых патологических процессах, утомление, переутомление, перенапряжение. ПК-1.2 Умеет: оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций; ПК-1.3 Имеет опыт: определения механизмов формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА
ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	**Лекция №1.** Подвижные игры для детей с нарушением зрения. **План лекции:** Особенности организации и проведения подвижных игр для детей с нарушением зрения. Противопоказания при их проведении. Специальное оборудование и инвентарь.	**2**
1	**Лекция №2.** Подвижные игры для детей с нарушением интеллекта. **План лекции:** Классификация нарушений интеллекта. Следствия заболевания. Особенности организации и проведения подвижных игр для детей с нарушением интеллекта.	**2**
1	**Лекция №3.** Подвижные игры для детей с нарушением слуха. **План лекции:** Виды слуховых нарушений. Меры безопасности при проведении подвижных игр. Особенности объяснения правил подвижных игр для детей с нарушением слуха.	**2**
1	**Лекция №4.** Подвижные игры для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата. **План лекции:** Виды нарушений опорно-двигательного аппарата. Варианты взаимодействия между собой детей с различными нарушениями опорно-двигательного аппарата в подвижных играх.	**2**
1	**Лекция №5**. Подвижные игры для лиц с детским церебральным параличом. **План лекции:** Противопоказания при проведении подвижных игр. Способы передвижения при проведении подвижных игр для детей с детским церебральным параличом.	**2**
1	**Лекция №6.** Организация подвижных игр для детей с отклонениями в состоянии здоровья. **План лекции:** Виды заболеваний**.** Варианты подвижных игр направленных на развитие качеств. Противопоказания, которые надо учитывать при проведении подвижных игр для детей с отклонениями в состоянии здоровья.	**2**
1	**Лекция №7.** Организация и проведение спортивных праздников и фестивалей для детей с отклонениями в состоянии здоровья **План лекции:** Подбор темы спортивного праздника, фестиваля. Составление плана или сценария мероприятия.	**2**
2	**Лекция №8.** Дозирование нагрузки при проведении подвижных игры для детей с отклонениями в состоянии здоровья. **План лекции:** Зоны интенсивности проведения подвижных игр. Примеры подвижных игр для каждой зоны интенсивности.	**2**

2	**Лекция №9.** Биологические аспекты игры. **План лекции:** Характеристика функциональных и морфологических нарушений у детей с нарушением в развитии. Характеристика детей с большой, средней и малой подвижностью.	**2**
2	**Лекция №10.** Педагогические и психологические аспекты игры. **План лекции:** Игровой метод в физическом воспитании детей всех возрастных групп. Психологические основы подвижной игры. Подвижная игра и ее влияние на формирование личности ребенка.	**2**
2	**Лекция №11.** Сюжетно-ролевые игры. **План лекции:** Социализация детей с нарушением в развитии в окружающей среде посредством сюжетно-ролевой игры. Индивидуальный и дифференцированный подход в обучении игре.	**2**
2	**Лекция №12.** Подвижные игры, подводящие к спортивным. **План лекции:** Подвижные игры, эстафеты, игровые задания, включающие специальные упражнения с бегом, прыжками, метанием, с элементами баскетбола, волейбола. Закрепление техники уже изученных спортивных движений.	**2**
3	**Лекция №13.** Игры, направленные на коррекцию и развитие речевой сферы у детей. **План лекции:** Характеристика речевых нарушений. Чем выше двигательная активность ребенка, тем лучше развивается его речь. Главные педагогические задачи при проведении подвижных игр с детьми, имеющими нарушение речи.	**2**
3	**Лекция №14.** Игры на развитие внимания. **План лекции:** Что такое внимание и способы его развития. Варианты подвижных игр на развитие внимания для детей различных нозологических групп.	**2**
3	**Лекция №15**. Игры, направленные на развитие мелкой моторки. **План лекции:** Установлено, что на формирование речи влияет такой фактор, как мелкая моторика рук. Упражнения направленные на повышение точности работы пальцев рук. Активизация действия коры головного мозга посредством мелкой моторики пальцев рук.	**2**
3	**Лекция №16.** Игры направленные на развитие координации. **План лекции:** Координационные способности. Контроль за правильностью выполнения действия и последующая коррекция движения в случае ошибки. Примеры игр направленных на развитие координационных способностей.	**2**
3	**Лекция №17.** Игры, направленные на развитие физических качеств. **План лекции:** Характеристика физических качеств. Примеры построения игровых занятий на развитие физических качеств.	**2**
3	**Лекция №18.** Игры, направленные на установление психологического контакта. **План лекции:** На психофизическое развитие ребенка большое влияние оказывает общение с теми, к кому он эмоционально привязан, с кем ему нравится общаться. В игре создаются необходимые условия для возникновения и	**2**

	развития отношений.	
3	**Лекция №19**. Подвижные игры в воде и у воды. **План лекции:** Меры безопасности при проведении подвижных игр у воды и в вводе. Подготовка места для проведения игр. Используемый инвентарь. Оказание первой помощи при несчастных случаях на воде. Примеры игр на воде и у воды.	**2**

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	Практическое занятие №1. Подвижные игры для детей с нарушением зрения. ***Вопросы для обсуждения:*** Общие требования к проведению игры для детей с нарушением зрения. Противопоказания, существующие для выполнения физических упражнений у детей с нарушением зрения. В каком случае нет никаких противопоказаний для выполнения физических упражнений.	**2**
1	Практическое занятие №2. Подвижные игры для детей с нарушением зрения. ***Вопросы для обсуждения:*** Особенности инвентаря, который используется для проведения подвижных игр для детей с нарушением зрения. Особенности освещения в зале которые необходимо учитывать. Правила проведения подвижных игр, которые надо соблюдать при работе с детьми, имеющими нарушение зрения.	**2**
1	Практическое занятие №3. Подвижные игры для детей с нарушением интеллекта. ***Вопросы для обсуждения:*** Что необходимо учитывать при подборе подвижных игр для детей с нарушением интеллекта. Какие подвижные игры рекомендуют использовать для социализации детей с нарушением интеллекта.	**2**
1	Практическое занятие №4. Подвижные игры для детей с нарушением интеллекта. ***Вопросы для обсуждения:*** Варианты обучающих игр для детей с нарушением интеллекта. Признаки утомления и переутомления при проведении подвижных игр для детей с нарушением интеллекта.	**2**
1	Практическое занятие №5. Подвижные игры для детей с нарушением слуха. ***Вопросы для обсуждения:*** Особенности объяснения подвижных игр для детей с нарушением слуха.	**2**

	Меры безопасности, которые необходимо соблюдать при проведении подвижных игр с детьми, имеющими нарушение слуха.	
1	Практическое занятие №6. Подвижные игры для детей с нарушением слуха. ***Вопросы для обсуждения:*** Подвижные игры, направленные на развитие речевой сферы для детей с нарушением слуха. Подвижные игры, направленные на ориентацию в пространстве для детей с нарушением слуха.	**2**
1	Практическое занятие №7. Подвижные игры для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата. ***Вопросы для обсуждения:*** Подвижные игры, направленные на установление психологического контакта для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата.	**2**
1	Практическое занятие №8. Подвижные игры для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата. ***Вопросы для обсуждения:*** Варианты подвижных игр для детей с различными нарушениями опорно-двигательного аппарата. Совместные игры детей, имеющих разные нарушения опорно-двигательного аппарата.	**2**
1	Практическое занятие №9. Подвижные игры для лиц с детским церебральным параличом. ***Вопросы для обсуждения:*** Различные варианты передвижений при проведении подвижных игр для детей с диагнозом детский церебральный паралич	**2**
1	Практическое занятие №10. Подвижные игры для лиц с детским церебральным параличом. ***Вопросы для обсуждения:*** Выбор игр и их применение диктуются степенью ограничения подвижности ребенка с детским церебральным параличом и состоянием его интеллекта.	**2**
2	Практическое занятие №11. Организация подвижных игр для детей с отклонениями в состоянии здоровья. ***Вопросы для обсуждения:*** Способы выбора водящего Распределение играющих в команды (варианты)	**2**
2	Практическое занятие №12. Дозирование нагрузки при проведении подвижных игры для детей с отклонениями в состоянии здоровья. ***Вопросы для обсуждения:*** Подвижные игры в самой низкой зоне интенсивности Подвижные игры характерные для умеренной зоны интенсивности Подвижные игры в зоне тонизирующей нагрузки. Подвижные игры характерные для зоны тренирующего воздействия	**2**
2	Практическое занятие №13. Биологические аспекты игры.	**2**

	Вопросы для обсуждения: Дети с большой подвижностью - игры и игровые задания для этой группы детей Дети со средней подвижностью – их физические возможности Малоподвижные дети – что может являться причиной	
2	Практическое занятие №14. Педагогические и психологические аспекты игры. ***Вопросы для обсуждения*** Успешный подбор подвижных игр зависит от учета возрастных особенностей Психологическая основа игры, господство чувств в душе ребенка. Чем разнообразнее информация поступает в мозг ребенка, тем интенсивнее протекает его интеллектуальное и психическое развитие	**2**
2	Практическое занятие №15. Сюжетно-ролевые игры. ***Вопросы для обсуждения:*** Сюжет игры (особенно ролевой) способствует эмоциональному самовыражению ребенка и его социализации в окружающей его среде	**2**
2	Практическое занятие №16.Сюжетно-ролевые игры. ***Вопросы для обсуждения:*** Развитие сюжета идет от исполнения ролевых действий к ролям-образам. Важным является согласованность ролей в игре	**2**
2	Практическое занятие №17. Подвижные игры, подводящие к спортивным. ***Вопросы для обсуждения:*** Подвижные игры, которые носят соревновательный характер являются переходными к спортивным.	**2**
3	Практическое занятие №18. Игры, направленные на коррекцию и развитие речевой сферы у детей. ***Вопросы для обсуждения:*** Речетативно-игровые композиции, которые сочетаются с проговариванием стихотворений и выполнением упражнений	**2**
3	Практическое занятие №19. Игры, направленные на коррекцию и развитие речевой сферы у детей. ***Вопросы для обсуждения:*** Две стороны деятельности (движение + слово) объединены общей целью. Игры с речетативами	**2**
3	Практическое занятие №20. Игры, направленные на развитие мелкой моторки. ***Вопросы для обсуждения:*** Моторика мелких мышц кисти Правильное дыхание	**2**
3	Практическое занятие №21. Игры, направленные на развитие воображения, ощущения, восприятия и представления ***Вопросы для обсуждения:*** Виды психических процессов, работа с психологическим состоянием ребенка через игру	**2**
3	Практическое занятие №22. Игры, направленные на развитие памяти, мышления и внимания	**2**

	Вопросы для обсуждения: Виды психических процессов, работа с психологическим состоянием ребенка через игру	
3	Практическое занятие №23. Игры, направленные на развитие мелкой моторки. ***Вопросы для обсуждения:*** Фонематический слух (т.е.четкое представление ребенком звуковой структуры слова) Зрительно-двигательная координация	**2**
3	Практическое занятие №24. Игры направленные на развитие координации. ***Вопросы для обсуждения:*** Ориентировка в пространстве Нарушение координации движений - атаксия	**2**
3	Практическое занятие №25. Игры на развитие физических качеств. ***Вопросы для обсуждения:*** Развитие выносливости Развитие скоростных возможностей Развитие ловкости Развитие гибкости (подвижность суставов)	**2**
3	Практическое занятие №26. Игры, направленные на установление психологического контакта. ***Вопросы для обсуждения:*** Игры, где контакт обязателен Игры для знакомства и установления положительного контакта между играющими.	**2**
3	Практическое занятие №27. Подвижные игры в воде и у воды. ***Вопросы для обсуждения:*** Организация и проведение игр. Игры на ознакомление с плотностью и сопротивлением воды. Игры с всплыванием и лежанием на воде. Игры со скольжением и плаванием.	**2**
3	Практическое занятие №28. Подвижные игры и игры с нестандартным инвентарем. ***Вопросы для обсуждения:*** Описание нестандартного инвентаря. Подвижные игры с нестандартным оборудованием. Использование нестандартного для проведения игр, подводящих к спортивным.	**2**

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция №1. Подвижные игры для детей с нарушением в развитии. **План лекции:** Общие требования к проведению игры для детей с нарушением зрения.	**2**

	Противопоказания, существующие для выполнения физических упражнений у детей с нарушением зрения. В каком случае нет никаких противопоказаний для выполнения физических упражнений. Особенности инвентаря, который используется для проведения подвижных игр для детей с нарушением зрения. Особенности освещения в зале которые необходимо учитывать. Правила проведения подвижных игр, которые надо соблюдать при работе с детьми, имеющими нарушение зрения. Что необходимо учитывать при подборе подвижных игр для детей с нарушением интеллекта. Какие подвижные игры рекомендуют использовать для социализации детей с нарушением интеллекта. Варианты обучающих игр для детей с нарушением интеллекта. Признаки утомления и переутомления при проведении подвижных игр для детей с нарушением интеллекта. Особенности объяснения подвижных игр для детей с нарушением слуха. Меры безопасности, которые необходимо соблюдать при проведении подвижных игр с детьми, имеющими нарушение слуха. Подвижные игры, направленные на развитие речевой сферы для детей с нарушением слуха. Подвижные игры, направленные на ориентацию в пространстве для детей с нарушением слуха. Варианты подвижных игр для детей с различными нарушениями опорно-двигательного аппарата. Совместные игры детей, имеющих разные нарушения опорно-двигательного аппарата. Подвижные игры, направленные на установление психологического контакта для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата. Различные варианты передвижений при проведении подвижных игр для детей с диагнозом детский церебральный паралич. Выбор игр и их применение диктуются степенью ограничения подвижности ребенка с детским церебральным параличом и состоянием его интеллекта.	
2	Лекция №2. Организация и проведение подвижных игр для детей с нарушением в развитии **План лекции:** Способы выбора водящего Распределение играющих в команды (варианты) Подвижные игры в самой низкой зоне интенсивности Подвижные игры характерные для умеренной зоны интенсивности Подвижные игры в зоне тонизирующей нагрузки. Подвижные игры характерные для зоны тренирующего воздействия. Дети с большой подвижностью - игры и игровые задания для этой группы детей Дети со средней подвижностью – их физические возможности Малоподвижные дети – что может являться причиной.	**2**

	Успешный подбор подвижных игр зависит от учета возрастных особенностей Психологическая основа игры, господство чувств в душе ребенка. Чем разнообразнее информация поступает в мозг ребенка, тем интенсивнее протекает его интеллектуальное и психическое развитие.	
3	Лекция №3. Сюжетно-ролевые игры и игры подводящие к спортивным, игры на коррекцию речевой сферы. **План лекции:** Сюжет игры (особенно ролевой) способствует эмоциональному самовыражению ребенка и его социализации в окружающей его среде. Развитие сюжета идет от исполнения ролевых действий к ролям-образам. Важным является согласованность ролей в игре. Подвижные игры, которые носят соревновательный характер являются переходными к спортивным. Две стороны деятельности (движение + слово) объединены общей целью. Игры с речетативами.	**2**
3	Лекция №4. Игры с инвентарем, в нестандартных условиях, игры на установление психологического контакта. **План лекции:** Фонематический слух (т.е.четкое представление ребенком звуковой структуры слова). Зрительно-двигательная координация. Ориентировка в пространстве Нарушение координации движений – атаксия. Развитие выносливости Развитие скоростных возможностей. Развитие ловкости. Развитие гибкости (подвижность суставов). Игры где контакт обязателен Игры для знакомства и установления положительного контакта между играющими. Организация и проведение игр. Игры на ознакомление с плотностью и сопротивлением воды. Игры с всплыванием и лежанием на воде. Игры со скольжением и плаванием. Описание нестандартного инвентаря. Подвижные игры с нестандартным оборудованием. Использование нестандартного для проведения игр подводящих к спортивным.	**2**

ЗАНЯТИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	Практическое занятие №1. Подвижные игры для детей с нарушением в развитии. ***Вопросы для обсуждения:*** Общие требования к проведению игры для детей с нарушением зрения. Противопоказания, существующие для выполнения физических упражнений у детей с нарушением зрения. В каком случае нет никаких противопоказаний для выполнения физических упражнений. Особенности инвентаря, который используется для проведения подвижных игр для детей с нарушением зрения. Особенности освещения в зале которые необходимо учитывать. Правила проведения подвижных игр, которые надо соблюдать при работе с детьми, имеющими нарушение зрения. Что необходимо учитывать при	**2**

	подборе подвижных игр для детей с нарушением интеллекта. Какие подвижные игры рекомендуют использовать для социализации детей с нарушением интеллекта. Варианты обучающих игр для детей с нарушением интеллекта. Признаки утомления и переутомления при проведении подвижных игр для детей с нарушением интеллекта. Особенности объяснения подвижных игр для детей с нарушением Слуха. Меры безопасности, которые необходимо соблюдать при проведении подвижных игр с детьми, имеющими нарушение слуха. Подвижные игры, направленные на развитие речевой сферы для детей с нарушением слуха. Подвижные игры, направленные на ориентацию в пространстве для детей с нарушением слуха.	
2	Практическое занятие №2. Подвижные игры для детей с нарушением в развитии. ***Вопросы для обсуждения:*** Подвижные игры, направленные на установление психологического контакта для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата. Варианты подвижных игр для детей с различными нарушениями опорно-двигательного аппарата. Совместные игры детей, имеющих разные нарушения опорно-двигательного аппарата. Различные варианты передвижений при проведении подвижных игр для детей с диагнозом детский церебральный паралич. Выбор игр и их применение диктуются степенью ограничения подвижности ребенка с детским церебральным параличом и состоянием его интеллекта.	**2**
2	Практическое занятие №3. Организация и проведение подвижных игр для детей с нарушением в развитии ***Вопросы для обсуждения:*** Способы выбора водящего. Распределение играющих в команды (варианты). Подвижные игры в самой низкой зоне интенсивности Подвижные игры характерные для умеренной зоны интенсивности Подвижные игры в зоне тонизирующей нагрузки. Подвижные игры характерные для зоны тренирующего воздействия. Дети с большой подвижностью - игры и игровые задания для этой группы детей. Дети со средней подвижностью – их физические возможности. Малоподвижные дети – что может являться причиной. Успешный подбор подвижных игр зависит от учета возрастных особенностей. Психологическая основа игры, господство чувств в душе ребенка. Чем разнообразнее информация поступает в мозг ребенка , тем интенсивнее протекает его интеллектуальное и психическое развитие.	**2**
3	Практическое занятие №4. Сюжетно-ролевые игры. Подвижные игры, подводящие к спортивным. ***Вопросы для обсуждения:*** Сюжет игры (особенно ролевой) способствует эмоциональному самовыражению ребенка и его социализации в окружающей его среде. Развитие сюжета идет от исполнения ролевых действий к ролям-образам.	**2**

	Важным является согласованность ролей в игре. Подвижные игры, которые носят соревновательный характер являются переходными к спортивным.	
3	Практическое занятие №5. Игры, направленные на коррекцию и развитие речевой сферы у детей. Игры, направленные на коррекцию и развитие речевой сферы у детей. Игры, направленные на развитие мелкой моторки. ***Вопросы для обсуждения:*** Речетативно-игровые композиции, которые сочетаются с проговариванием стихотворений и выполнением упражнений. Две стороны деятельности (движение + слово) объединены общей целью. Игры с речетативами. Моторика мелких мышц кисти Правильное дыхание. Фонематический слух (т.е.четкое представление ребенком звуковой структуры слова). Зрительно-двигательная координация.	**2**

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Вишнякова, Ю.Ю. Радиальный баскетбол : учебное пособие / Ю.Ю. Вишнякова, А.А. Шелехов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 85 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Вишнякова, Ю.Ю. Хоккей на полу : учебное пособие / Ю.Ю. Вишнякова, И.Г. Ненахов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 108 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Григорьев, О. А. Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере : учебное пособие для вузов / О. А. Григорьев, Е. А. Стеблецов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 261 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12478-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/518746
4. Мелентьева, Н.Н. Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением зрения и слуха : учебное пособие / Н.Н. Мелентьева. - 2-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2021. - 127 с.
5. Подвижные игры : учебное пособие / О.С. Шалаев, В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина ; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. — Омск, 2019. — 158 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. 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, 2023. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514910

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]; под общ. ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2014. - 297 с. : ил.
2. Двигательные игры и упражнения для детей дошкольного возраста / Р.Н. Терехина, Е.Н. Медведева, О.А. Двейрина [и др.] ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; под общей редакцией Р. Н. Терехиной, Е. Н. Медведевой. — Москва : ВАРСОН, 2022. — 47 с. : табл. — (ФГОС ДО. Центр раннего развития). — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
3. Коррекционные подвижные игры : учебно-методическое пособие / М. А. Абрамова, А. В. Сунгурова, А. Н. Сунгуров, Н. В. Афанасенкова. — Архангельск : САФУ, 2019. — 83 с. — ISBN 978-5-261-01422-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/161924 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Несмеянов, А.А. Питербаскет и здоровье человека : [монография] / А.А. Несмеянов, А.А. Хадарцев, А.А. Кожемов; Европейская Академия Естественных Наук (ЕАЕН) ; под общ. ред. А. А. Хадарцева. - 2-е изд., испр. и доп. - [Тула] : [б. и.], 2016. - 213 с. : ил.
5. Подвижные игры: теория, методика и практика : учебно-методическое пособие / Министерство спорта Российской Федерации ; Поволжская государственная академия

физической культуры, спорта и туризма, Казань. — Казань : Отечество, 2017. — 136 с. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
6. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры : учебник / Ю.М. Макаров, Н.В. Луткова, Л.Н. Минина [и др.] ; под ред. Ю. М. Макарова. — 3-е изд., стер. — Москва : Академия, 2014. — 270, [1] с. : ил.
7. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / [авт.-сост.: О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев] ; под общ. ред. С. П. Евсеева. - Москва : Спорт, 2016. - 384 с. : ил.
8. Частные методики адаптивной физической культуры : учебник / [под ред Л.В.Шапковой]. - Москва : Советский спорт, 2009. - 603 с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Коррекционные и подвижные игры» не требует специального материально-технического обеспечения, однако при этом желательно наличие компьютерной техники и современных средств публичной демонстрации визуального материала (мультимедиа) в учебной аудитории.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Допускается замена оборудования его виртуальными аналогами.

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляется адаптированная рабочая программа дисциплины с учетом потребностей нозологических групп.Для освоения дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья обеспечены следующие **специальные условия**:

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья ***по зрению:***

- Предоставляется альтернативная версия официального сайта в сети «Интернет» для слабовидящих. www.lesgaft.spb.ru.

- В доступных для обучающихся ***(слепых и слабовидящих***), местах и в адаптированной форме размещается информация.

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- Предоставляется мультимедийное сопровождение учебной дисциплины в виде презентаций с использованием программы POWER POINT и других.

- По обращению студентов предоставляются услуги переводчика жестового языка.

- При изучении дисциплины предоставляется возможность пользоваться в аудитории слуховыми аппаратами.

-Для студентов с ограниченными возможностями здоровья, имеющих ***нарушения опорно-двигательного аппарата:***

- Обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения, в котором преподается дисциплина.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра физической реабилитации

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Педагогические средства восстановления спортивной работоспособности

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«28» июня 2022г., протокол № 19

Зав. кафедрой _____ **Шевцов А.В.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Шевцов А.В., заведующий кафедрой физической реабилитации, д-р. биол. наук, доцент
Киргетова Н.А., преподаватель кафедры физической реабилитации

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе по очной форме обучения, на 4 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(экзамен).***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Профилактическая деятельность	**ПК-2.** Способен формировать рекомендации по физической активности, соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью закрепления результатов реабилитации, профилактики вторичных и третичных нарушений, улучшения функционального состояния организма реабилитанта; способен проводить коррекционно-развивающие занятия и мероприятия по социализации занимающихся, развитию у них навыков гигиены и самоконтроля, самостоятельного передвижения (в том числе с помощью технических средств реабилитации инвалидов) и бытового самообслуживания, формированию у занимающихся устойчивого интереса к систематическим занятиям адаптивной физической культурой.

2.1.ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ*:*

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ПК-2	**ПК-2.1.**Знает: Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. **ПК-2.2.** Умеет: Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. **ПК-2.3**. Имеет опыт: Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных	**ПК-2.1.**Знания: Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. **ПК-2.2.** Умения: Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. **ПК-2.3**. Навыки: Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных

	представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.	представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**94**						94		
В том числе:										
Занятия лекционного типа		**38**						38		
Занятия практического типа		**56**						56		
Промежуточная аттестация (экзамен)		**27**						18		
Самостоятельная работа студента		**95**						104		
Общая трудоемкость	**часы**	**216**						216		
	зачетные единицы	**6**						6		

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры									
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**20**								20		
В том числе:												
Занятия лекционного типа		**8**								8		
Занятия практического типа		**12**								12		
Промежуточная аттестация (экзамен)		**9**								9		
Самостоятельная работа студента		**187**								187		
В том числе: выполнение контрольной работы		**20**								20		
Общая трудоемкость	**часы**	**216**								216		
	зачетные единицы	**6**								6		

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Физиологические предпосылки к применению восстановительных мероприятий у спортсменов.	Утомление и восстановление при напряжённой мышечной деятельности. Утомление и восстановление при нагрузках различной величины. Утомление и восстановление спортсменов при нагрузках различной направленности. Утомление и восстановление в зависимости от места и ранга проведения соревнований. Критерии эффективности восстановительных процессов после нагрузок различной интенсивности.	Знания: Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. Умения: Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. Навыки: Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.
2.	Планирование тренировочного процесса с использованием средств для снятия утомления.	Сочетание общих и специальных средств. Построение тренировочных и соревновательных микро- и макроциклов. Организация работы и отдыха в тренировочном процессе. Индивидуальная разминка. Подбор	Знания: Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. Умения: Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических

		снарядов и мест для восстановительных занятий. Подбор упражнений для активного отдыха и расслабления. Варьирование интервалов отдыха между отдельными упражнениями и тренировочными занятиями спортсменов.	упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. Навыки: Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.
3.	Массаж как средство восстановления организма после спортивных нагрузок.	Характеристика массажа, как средства восстановления спортивной работоспособности. Методика восстановительного массажа. Особенности применения восстановительного массажа в различных видах спорта.	Знания: Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. Умения: Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. Навыки: Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.
4.	Гидропроцедуры как средство профилактики развития	Плавание как средство восстановления после физических нагрузок.	Знания: Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности,

	переутомления в спорте.	Применение бани и сауны для профилактики переутомления. Использование душа и ванн для снятия напряжения в спорте.	нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. Умения: Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. Навыки: Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.
5.	Стретчинг в процессе восстановления организма спортсменов.	Влияние стретчинга на организм. Показания и противопоказания к занятиям стретчингом. Организация занятий по стретчингу. Правила применения стретчинга и регулирование нагрузки. Характеристика базовых упражнений стретчинга. Методика проведения восстановительных занятий стретчингом со спортсменами.	Знания: Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. Умения: Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. Навыки: Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с

			ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Физиологические предпосылки к применению восстановительных мероприятий у спортсменов. -Утомление и восстановление при напряжённой мышечной деятельности. -Утомление и восстановление при нагрузках различной величины.	2
2.	Лекция № 2. Физиологические предпосылки к применению восстановительных мероприятий у спортсменов. -Утомление и восстановление в зависимости от места и ранга проведения соревнований. -Критерии эффективности восстановительных процессов после нагрузок различной интенсивности.	2
3.	Лекция № 3. Физиологические предпосылки к применению восстановительных мероприятий у спортсменов. -Утомление и восстановление спортсменов при нагрузках различной направленности.	2
4.	Лекция № 4. Планирование тренировочного процесса с использованием средств для снятия утомления. -Сочетание общих и специальных средств. -Построение тренировочных и соревновательных микро- и макроциклов.	2
5.	Лекция № 5. Планирование тренировочного процесса с использованием средств для снятия утомления. -Организация работы и отдыха в тренировочном процессе. -Индивидуальная разминка.	2
6.	Лекция № 6. Планирование тренировочного процесса с использованием средств для снятия утомления. -Подбор снарядов и мест для восстановительных занятий. -Подбор упражнений для активного отдыха и расслабления.	2
7.	Лекция № 7. Планирование тренировочного процесса с использованием средств для снятия утомления. -Варьирование интервалов отдыха между отдельными упражнениями и тренировочными занятиями спортсменов.	2
8.	Лекция № 8. Массаж как средство восстановления организма после спортивных нагрузок. -Характеристика массажа, как средства восстановления спортивной работоспособности. -Методика восстановительного массажа. -Особенности применения восстановительного массажа в различных видах спорта.	2

9.	Лекция № 9. Массаж как средство восстановления организма после спортивных нагрузок. -Характеристика массажа, как средства восстановления спортивной работоспособности. -Методика восстановительного массажа. -Особенности применения восстановительного массажа в различных видах спорта.	2
10.	Лекция № 10. Массаж как средство восстановления организма после спортивных нагрузок. -Характеристика массажа, как средства восстановления спортивной работоспособности. -Методика восстановительного массажа. -Особенности применения восстановительного массажа в различных видах спорта.	2
11.	Лекция № 11. Массаж как средство восстановления организма после спортивных нагрузок. -Характеристика массажа, как средства восстановления спортивной работоспособности. -Методика восстановительного массажа. -Особенности применения восстановительного массажа в различных видах спорта.	2
12.	Лекция № 12. Гидропроцедуры как средство профилактики развития переутомления в спорте. -Плавание как средство восстановления после физических нагрузок. -Применение бани и сауны для профилактики переутомления. -Использование душа и ванн для снятия напряжения в спорте.	2
13.	Лекция № 13. Гидропроцедуры как средство профилактики развития переутомления в спорте. -Плавание как средство восстановления после физических нагрузок. -Применение бани и сауны для профилактики переутомления. -Использование душа и ванн для снятия напряжения в спорте.	2
14.	Лекция № 14. Гидропроцедуры как средство профилактики развития переутомления в спорте. -Плавание как средство восстановления после физических нагрузок. -Применение бани и сауны для профилактики переутомления. -Использование душа и ванн для снятия напряжения в спорте.	2
15.	Лекция № 15. Гидропроцедуры как средство профилактики развития переутомления в спорте. -Плавание как средство восстановления после физических нагрузок. -Применение бани и сауны для профилактики переутомления. -Использование душа и ванн для снятия напряжения в спорте.	2
16.	Лекция № 16. Стретчинг в процессе восстановления организма спортсменов. -Влияние стретчинга на организм. -Показания и противопоказания к занятиям стретчингом.	2
17.	Лекция № 17. Стретчинг в процессе восстановления организма спортсменов. -Организация занятий по стретчингу. -Правила применения стретчинга и регулирование нагрузки.	2
18.	Лекция № 18. Стретчинг в процессе восстановления организма спортсменов. -Правила применения стретчинга и регулирование нагрузки.	2

	-Характеристика базовых упражнений стретчинга. -Методика проведения восстановительных занятий стретчингом со спортсменами.	
19.	Лекция № 19. Стретчинг в процессе восстановления организма спортсменов. -Характеристика базовых упражнений стретчинга. -Методика проведения восстановительных занятий стретчингом со спортсменами.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Практическое занятие № 1. Утомление и восстановление при напряжённой мышечной деятельности. -Классификация видов утомлений -Признаки утомлений -Физиологические механизмы утомления привыполнении различных нагрузок -Педагогические средства восстановления	2
2.	Практическое занятие № 2. Утомление и восстановление при нагрузках различной величины. -Реакции спортсменов на соревновательные нагрузки -Физиологические механизмы утомления привыполнении различных нагрузок -Педагогические средства восстановления	2
3.	Практическое занятие № 3. Утомление и восстановление спортсменов при нагрузках различной направленности. -Реакции спортсменов на соревновательные нагрузки -Физиологические механизмы утомления привыполнении различных нагрузок -Педагогические средства восстановления	2
4.	Практическое занятие № 4. Утомление и восстановление в зависимости от места и ранга проведения соревнований. -Реакции спортсменов на соревновательные нагрузки -Педагогические средства восстановления	2
5.	Практическое занятие № 5. Критерии эффективности восстановительных процессов после нагрузок различной интенсивности. -Восстановление функций организма после напряженной работы -Лактатный тест -Максимальная ЧСС и ЧСС отклонения Функциональные изменения ЧСС	2
6.	Практическое занятие № 6. Сочетание общих и специальных средств тренировки. -Классификация видов подготовки спортсмена -Оценка эффективности техники Этапы и содержание технической подготовки	2
7.	Практическое занятие № 7. Построение тренировочных и соревновательных микро- и макроциклов. -Микроцикл -Мезоциклы -Макроцикл	2
8.	Практическое занятие № 8. Организация работы и отдыха в тренировочном процессе. Индивидуальная разминка. -Метод облегчения условий выполнения технических действий -Метод сопряженных воздействий	2
9.	Практическое занятие № 9. Подбор снарядов и мест для восстановительных занятий. Подбор упражнений для активного отдыха и расслабления. -Виды спортивного отдыха -Упражнения для активного отдыха и восстановления -Снаряды для проведения восстановительных тренировок	2

10.	Практическое занятие № 10. Варьирование интервалов отдыха между отдельными упражнениями и тренировочными занятиями спортсменов. -Реакции спортсменов на соревновательные нагрузки -Физиологические механизмы утомления привыполнении различных нагрузок -Педагогические средства восстановления	2
11.	Практическое занятие № 11. Характеристика массажа, как средства восстановления спортивной работоспособности. -Воздействие массажа на организм спортсмена -Задачи восстановительного массажа -Влияние массажа на восстановление спортивной работоспособности	2
12.	Практическое занятие № 12. Методика восстановительного массажа.	2
13.	Практическое занятие № 13. Методика восстановительного массажа.	2
14.	Практическое занятие № 14. Методика восстановительного массажа.	2
15.	Практическое занятие № 15. Особенности применения восстановительного массажа в различных видах спорта. -Игровые виды спорта -Спортивная борьба -Водные виды спорта	2
16.	Практическое занятие № 16. Особенности применения восстановительного массажа в различных видах спорта. -Лыжный и конькобежный спорт -Велосипедный спорт	2
17.	Практическое занятие № 17. Особенности применения восстановительного массажа в различных видах спорта. -Спортивная гимнастика -Тяжелая атлетика	2
18.	Практическое занятие № 18. Особенности применения восстановительного массажа в различных видах спорта. -Бокс -Фигурное катание	2
19.	Практическое занятие № 19. Плавание как средство восстановления после физических нагрузок. -Влияние плавания на восстановительный процесс спортсмена -Виды плавания способствующие восстановительному процессу	2
20.	Практическое занятие № 20. Применение бани и сауны для профилактики переутомления. -Влияние сауны на восстановительный процесс спортсмена -Виды саун способствующие восстановительному процессу спортсмена	2
21.	Практическое занятие № 21. Использование душа и ванн для снятия напряжения в спорте. -Веерный душ -Душ Шарко -Шотландский душ -Циркулярный душ -Каскадный душ -Вибрационная ванна	2
22.	Практическое занятие № 22. Влияние стретчинга на организм. Показания и противопоказания к занятиям стретчингом. -Понятие стретчинг -Виды стретчинга -Показания и противопоказания к занятиям	2

23.	Практическое занятие № 23. Правила применения стретчинга и регулирование нагрузки. -Регулирование нагрузки при занятиях стретчингом -Последовательность воздействий на разные мышечные группы -Организационнные формы проведения занятий	2
24.	Практическое занятие № 24. Организация занятий по стретчингу. -Гигиенические требования к помещению -Гигиенические требования к одежде	2
25.	Практическое занятие № 25. Организация занятий по стретчингу. -Гигиенические требования к помещению -Гигиенические требования к одежде	2
26.	Практическое занятие № 26. Характеристика базовых упражнений стретчинга. -Упражнения по анатомическому признаку -Упражнения по степени участия суставов и мышц -Упражнения по внешнему признаку	2
27.	Практическое занятие № 27. Методика проведения восстановительных занятий стретчингом со спортсменами. -Современные методики проведения занятий по стретчингу	2
28.	Практическое занятие № 28. Методика проведения восстановительных занятий стретчингом со спортсменами. -Современные методики проведения занятий по стретчингу	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Физиологические предпосылки к применению восстановительных мероприятий у спортсменов. -Утомление и восстановление при напряжённой мышечной деятельности. -Утомление и восстановление при нагрузках различной величины. -Утомление и восстановление спортсменов при нагрузках различной направленности. -Утомление и восстановление в зависимости от места и ранга проведения соревнований. -Критерии эффективности восстановительных процессов после нагрузок различной интенсивности.	2
2.	Лекция № 2. Планирование тренировочного процесса с использованием средств для снятия утомления. -Сочетание общих и специальных средств. -Построение тренировочных и соревновательных микро- и макроциклов. -Организация работы и отдыха в тренировочном процессе. -Индивидуальная разминка. -Подбор снарядов и мест для восстановительных занятий. -Подбор упражнений для активного отдыха и расслабления. -Варьирование интервалов отдыха между отдельными упражнениями и тренировочными занятиями спортсменов.	2
3.	Лекция № 3. Массаж как средство восстановления организма после спортивных нагрузок.	2

	-Характеристика массажа, как средства восстановления спортивной работоспособности. -Методика восстановительного массажа. -Особенности применения восстановительного массажа в различных видах спорта.	
4.	Лекция № 4. Гидропроцедуры как средство профилактики развития переутомления в спорте. -Плавание как средство восстановления после физических нагрузок. -Применение бани и сауны для профилактики переутомления. -Использование душа и ванн для снятия напряжения в спорте.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Необходимо добавить краткое содержание/план занятий	*Кол-во часов*
1.	Практическое занятие № 1. Утомление и восстановление при напряжённой мышечной деятельности. -Классификация видов утомлений -Признаки утомлений -Физиологические механизмы утомления привыполнении различных нагрузок -Педагогические средства восстановления	2
2.	Практическое занятие № 2. Организация работы и отдыха в тренировочном процессе. -Метод облегчения условий выполнения технических действий -Метод сопряженных воздействий	2
3.	Практическое занятие № 3. Особенности применения восстановительного массажа в различных видах спорта. -Игровые виды спорта -Спортивная борьба -Водные виды спорта -Спортивная гимнастика -Тяжелая атлетика -Бокс -Фигурное катание	2
4.	Практическое занятие № 4. Плавание как средство восстановления после физических нагрузок. -Влияние плавания на восстановительный процесс спортсмена -Виды плавания способствующие восстановительному процессу	2
5.	Практическое занятие № 5. Применение бани и сауны для профилактики переутомления. -Влияние сауны на восстановительный процесс спортсмена -Виды саун способствующие восстановительному процессу спортсмена	2
6.	Практическое занятие № 6. Влияние стретчинга на организм. Организация занятий по стретчингу. -Понятие стретчинг -Виды стретчинга -Показания и противопоказания к занятиям	2

Приложение 1. Фонд оценочных средств по дисциплине.
Приложение 2. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Восстановительные средства в физической культуре и спорте : учебное пособие/ авт.-сост. Н. В. Минникаева, Р. С. Жуков, С. В. Шабашева ; Кемеровский государственный университет. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2018. – 147 с.: табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574271
2. Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой : учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 253 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07030-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513484

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Бокач, В. М. Методика проведения занятий физической культурой со студентами специальных медицинских групп : учебное пособие / В. М. Бокач ; Поволжский государственный технологический университет. – Йошкар-Ола : Поволжский государственный технологический университет, 2018. – 80 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494284
2. Бурякин, Ф.Г. Диагностика утомления и симптоматика восстановления в спорте (методологические основы) : учебник / Ф.Г. Бурякин. — Москва : РУСАЙНС, 2021. — 145 с. : ил. — Библиогр.: с. 137-145. — ISBN 978-5-4365-5868-4 : 671.00. — Текст : непосредственный.
3. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. — 2-е изд., стер. — Москва : Спорт-Человек, 2020. — 616 с. — ISBN 978-5-907225-56-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/165141 .— Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С.П. Евсеев. - Москва : Спорт, 2016. - 614, [1] с. : ил.
5. Иорданская, Ф.А. Комплексная система восстановления спортсменов в условиях тренировочных мероприятий, соревнований и дистанционной подготовки с использованием мобильных технологий / Ф.А. Иорданская. — Москва : Спорт, 2021. — 111 с. : ил., табл.
6. Козлова, О.А. Адаптивная физическая культура = Adaptive physical education : учебное пособие / О.А. Козлова, Е.Ю. Коротаева; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации ; Московский государственный юридический университет им. О.Е. Кутафина (МГЮА). - Москва : Проспект, 2019. - 63, [1] с.
7. Основы физической реабилитации : учебник / А.Н. Налобина, Т.Н. Федорова, И.Г. Таламова, Н.М. Курч; под ред. А. Н. Налобиной. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2017. - 328 с. : цв. ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Повышение эффективности процессов совершенствования двигательной деятельности, образования, воспитания и социализации лиц с интеллектуальными нарушениями и повреждениями опорно-двигательного аппарата : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др. - СПб. : [б. и.], 2018. - 118 с.: ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

1. **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №119** (1 этаж, нежилое помещение №28)– Специализированная мебель: Учебный стол-55 шт.; скамья-55 шт., письменный стол-2шт., стул 4 шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Epson EB-X41-1-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

2. **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №3** (1 этаж, нежилое помещение №8)– Специализированная мебель: Учебный стол-18 шт.; скамья-24 шт., письменный стол-1шт., стул-4шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual 220x220MW настенный-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur-1шт.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

3. **Помещение для проведения практических занятий - Зал АФК** (1этаж, нежилое помещение №15)- Оборудование: Зеркало 23,4 м.кв., инвалидная коляска "Динамика-М"-2шт., мяч волейбольный Mikasa MVA 200-2шт., набор для игры Бочча "NoName"-1шт., набор для Паралимпийского бочча (мячи)-1 шт., складной массажный стол "Перфект-190", 190x70x70-6 шт.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра физической реабилитации

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Технологии гидрореабилитации

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«28» июня 2022 г., протокол № 19

Зав. кафедрой _____ **Шевцов А.В.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
Д.п.н., профессор Д. Ф. Мосунов
К.п.н., доцент М.Д. Мосунова
К.п.н. Д.В. Григорьева

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе по очной форме обучения, на 4 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(экзамен).***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Рекомендуемые профессиональные компетенции	
Профилактическая деятельность	ПК-2. Способен формировать рекомендации по физической активности, соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью закрепления результатов реабилитации, профилактики вторичных и третичных нарушений, улучшения функционального состояния организма реабилитанта; способен проводить коррекционно-развивающие занятия и мероприятия по социализации занимающихся, развитию у них навыков гигиены и самоконтроля, самостоятельного передвижения (в том числе с помощью технических средств реабилитации инвалидов) и бытового самообслуживания, формированию у занимающихся устойчивого интереса к систематическим занятиям адаптивной физической культурой.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ПК-2.	ПК-2.1 Знает: Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики.	ПК-2.1 Знать: Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики.
	ПК-2.2. Умеет: Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации,	ПК-2.2. Уметь: Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации,

	отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений.	отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений.
	ПК-2.3. Имеет опыт: Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.	ПК-2.3. Владеть: Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися								94		
В том числе:										
Занятия лекционного типа								38		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)								56		
Промежуточная аттестация (экзамен)								18		
Самостоятельная работа студента								104		
Общая трудоемкость	**часы**							216		
	зачетные единицы							6		

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися										20	
В том числе:											
Занятия лекционного типа										8	
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)										12	
Промежуточная аттестация (экзамен)										9	
Самостоятельная работа студента										187	
Выполнение контрольной работы										20	
Общая трудоемкость	**часы**									216	
	зачетные единицы									6	

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Основы технологий взаимоотношений человека и водной среды	В данном разделе студент знакомиться со следующими темами: 1.1. «Технологии гидрореабилитации» в структуре теории и методики гидрореабилитации, в которой подробно описывается технология гидрореабилитации в бассейне: беседа с родителями, проход в бассейн, раздевалка, душевая установка, туалет, ожидание спуска в воду, вход / выход в воду / из воды, педагогическая гидрореабилитация: система взаимоотношений ребенка - тренера – воды; 1.2.Способы контроля на занятиях по гидрореабилитации в которой подробным образом изучается педагогический контроль и самоконтроль преподавателя по гидрореабилитации на занятии, а так же виды педагогического контроля на занятиях по гидрореабилитации; 1.3. Особенности планирования и построения занятия по гидрореабилитации, раскрывает моделирование двигательной деятельности в условиях водной среды.	ПК-2.1 Знать: Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. ПК-2.2. Уметь: Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. ПК-2.3. Владеть: Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех

			возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.
2.	Технологии гидрореабилитации на суше. Технические средства, применяемые в процессе гидрореабилитации.	В данном разделе студент знакомиться с темами: 2.1. Технологии поддержки и страховки детей и взрослых в условиях суши; 2.2. Инвентарь на занятиях по гидрореабилитации. Особое внимание уделяется использованию специального и дополнительного инвентаря на занятиях по гидрореабилитации; 2.3 Техническое оборудование, применяемое на занятиях по гидрореабилитации. Более подробно студенты изучают подготовку и использование технического оборудования в бассейне.	ПК-2.1 Знать: Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. ПК-2.2. Уметь: Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. ПК-2.3. Владеть: Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья

			(включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.
3	Технологии передвижения специалиста с ребенком в условиях водной среды	В данном разделе студент знакомиться с темами: 3.1. Технологии спуска и подъема в/из воду(ы). Особое внимание уделяется вопросам изучения технологии спусков воду и технологии выхода из воды. 3.2. Технологии передвижений тренера на занятиях по гидрореабилитации. Более подробно студенты изучают технологии поддержки и страховки детей и взрослых в условиях водной среды, а так же технологии поддержки и страховки детей и взрослых в условиях водной среды с учетом возраста, веса и степени поражения 3.3 Организация занятий по гидрореабилитации. Студенты более подробно изучают организацию занятий по гидрореабилитации двумя преподавателями, находящимися в воде или при нахождении одного из них на борту бассейна и организацию занятий по гидрореабилитации в малых группах	ПК-2.1 Знать: Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. ПК-2.2. Уметь: Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. ПК-2.3. Владеть: Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий для лиц с ограниченными

			возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.
4	Технологии гидрореабилитации в зависимости от места проведения	В данном разделе студент знакомиться с темами: 4.1. Технологии гидрореабилитации в условиях глубокого бассейна Особое внимание уделяется технологии гидрореабилитации в условиях глубокого бассейна с не умеющим плавать учеником, а так же технологии гидрореабилитации в условиях глубокого бассейна с умеющим плавать учеником 4.2. Технологии гидрореабилитации в условиях мелкого бассейна. Более подробно студенты изучают технологии гидрореабилитации в условиях мелкого бассейна при условиях совместного пребывания учеников и тренера в воде и технологии гидрореабилитации в условиях мелкого бассейна при нахождении тренера на борту бассейна 4.3 Технологии гидрореабилитации в условиях открытого водоема и домашних условиях	ПК-2.1 Знать: Методы индивидуального и семейного консультирования; методики проведения мероприятий оздоровительного характера со спецификой адаптивной физической культуры и спорта; гигиенические основы физической реабилитации; особенности взаимодействия лиц имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека, с субъектами и объектами окружающей среды в норме и при развитии различных заболеваний или состояний; основы здорового образа жизни, методы его формирования; основы первичной, вторичной и третичной профилактики. ПК-2.2. Уметь: Осуществлять профилактику осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате физической реабилитации; владеет методиками обучения самостоятельному применению технических средств реабилитации, отдельных техник массажа, физических упражнений, естественных и переформированных природных факторов с целью развития, сохранения, восстановления двигательных и иных функциональных возможностей и профилактики вторичных и третичных нарушений. ПК-2.3. Владеть: Пропаганды здорового образа жизни; разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц различного возраста, состояния здоровья и их законных представителей; проведения оздоровительных мероприятий

			для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; оценки степени риска нарушений адаптации реабилитанта и разработки рекомендаций по его сопровождению после завершения индивидуального маршрута реабилитации.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

6 семестр

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1	Лекция № 1. Вводная лекция. «Технологии гидрореабилитации» в структуре теории и методики гидрореабилитации Задачи и краткое описание содержания дисциплины. Единство взаимоотношений человека и водной среды Педагогический контроль и его виды на занятиях по ГР Зачетные и экзаменационные требования.	2
1	Лекция № 2 Организация занятий гидрореабилитации. Виды занятий по гидрореабилитации. Формы занятий по гидрореабилитации. Взаимоотношение тренер-вода-ученик Взаимоотношение тренер-родитель-вода-ученик	2
1	Лекция № 3. Построение занятий по гидрореабилитации в учреждениях дошкольного образования Типы учреждений Общие задачи Особенности содержания занятий	2
1	Лекция № 4. Построение занятий по гидрореабилитации в учреждениях школьного образования Типы учреждений Общие задачи Особенности содержания занятий	2
1	Лекция № 5. Построение занятий по гидрореабилитации в системе дополнительного образования Типы учреждений Общие задачи Особенности содержания занятий	2
1	Лекция № 6. Построение занятий по гидрореабилитации в медицинских учреждениях Типы учреждений Общие задачи Особенности содержания занятий	2
2	Лекция № 7. Технологии поддержки и страховки детей в условиях суши Обеспечение поддержки и страховки в помещениях бассейна детей различных нозологий и возраста.	2
2	Лекция № 8. Технологии поддержки и страховки детей в условиях суши Обеспечение поддержки и страховки в помещениях бассейна детей различных нозологий и возраста.	2
2	Лекция № 9. Технологии поддержки и страховки взрослых в условиях суши Обеспечение поддержки и страховки в помещениях бассейна взрослых различных нозологий и возраста.	2
2	Лекция № 10. Инвентарь на занятиях по гидрореабилитации. Возможности применения инвентаря для плавания, его разновидности и способы удержания на занятиях по	2

	гидрореабилитации.	
2	Лекция № 11 Техническое оборудование, применяемое на занятиях по гидрореабилитации. Использование технического оборудования на занятиях по гидрореабилитации, его разновидности**.**	2
3	Лекция № 12. Технологии спуска и подъема в/из воду(ы). Классификация, техника и методика обучения спуску и подъему в процессе	2
3	Лекция № 13 Технологии передвижений тренера на занятиях по гидрореабилитации. Классификация и техника передвижений специалиста в процессе гидрореабилитации	2
3	Лекция № 14. Организация занятий по гидрореабилитации. Особенности и формы организации занятий.	2
3	Лекция № 15. Организация занятий по гидрореабилитации. Особенности и формы организации занятий.	2
4	Лекция № 16. Технологии гидрореабилитации в условиях глубокого бассейна. Особенности построения процесса обучения в зависимости от поставленных педагогических задач.	2
4	Лекция № 17. Технологии гидрореабилитации в условиях глубокого бассейна. Особенности построения процесса обучения в зависимости от поставленных педагогических задач.	2
4	Лекция № 18. Технологии гидрореабилитации в условиях мелкого бассейна. Особенности построения процесса обучения в зависимости от поставленных педагогических задач.	2
4	Лекция № 19. Технологии гидрореабилитации в условиях мелкого бассейна. Особенности построения процесса обучения в зависимости от поставленных педагогических задач.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1	Практическое занятие № 1 **Способы педагогического контроля на занятиях по гидрореабилитации** Проведение педагогического наблюдения за группой занимающихся в условиях зала. Моделирование проведения занятий с учениками совместно со студентами собственной группы.	2
1	Практическое занятие № 2 **Способы педагогического контроля на занятиях по гидрореабилитации** Проведение педагогического наблюдения за группой занимающихся в чаше бассейна. Моделирование проведения занятий с учениками совместно со студентами собственной группы.	2
1	Практическое занятие № 3 **Моделирование двигательной деятельности в условиях водной среды** Освоение способов передвижения тренера и страховки учеников на борту бассейна. Моделирование проведения занятий с учениками совместно со студентами собственной группы.	2
1	Практическое занятие № 4 **Моделирование двигательной деятельности в условиях водной среды** Освоение способов передвижения тренера и страховки учеников в	2

	воде. Моделирование проведения занятий с учениками совместно со студентами собственной группы.	
1	Практическое занятие № 5 **Моделирование двигательной деятельности в условиях водной среды** Освоение способов передвижения тренера и страховки учеников в воде. Моделирование проведения занятий с учениками совместно со студентами собственной группы.	2
2	Практическое занятие № 6 **Технологии поддержки и страховки детей в условиях суши** 1. Обеспечение прохода ребенка через контроль бассейна. 2. Передвижение по лестнице, страховка и поддержка детей различных нозологий и возраста. 3. Обеспечение поддержки и страховки в раздевалке детей различных нозологий и возраста. 4. Обеспечение поддержки и страховки в душе и чаше бассейна детей различных нозологий и возраста. 5. Обеспечение поддержки и страховки при спуске и подъеме в воду детей различных нозологий и возраста. 6. Обеспечение прохода взрослого человека через контроль бассейна в зависимости от возраста, пола, нозологии, веса. 7. Передвижение по лестнице, страховка и поддержка ребенка в зависимости от возраста, пола, нозологии, веса. 8. Обеспечение поддержки и страховки в раздевалке ребенка в зависимости от возраста, пола, нозологии, веса.	2
2	Практическое занятие № 7 **Технологии поддержки и страховки детей в условиях суши** 1. Обеспечение поддержки и страховки в душе ребенка в зависимости от возраста, пола, нозологии, веса. 2. Обеспечение поддержки и страховки во время передвижения в чаше бассейна ребенка в зависимости от возраста, пола, нозологии, веса. 3. Обеспечение поддержки и страховки при спуске и подъеме в воду ребенка в зависимости от возраста, пола, нозологии, веса. 4. Помощь родителей и других лиц при обеспечении поддержки и страховки ребенка на суше.	2
2	Практическое занятие № 8 **Технологии поддержки и страховки взрослых в условиях суши** 1. Обеспечение прохода ребенка через контроль бассейна. 2. Передвижение по лестнице, страховка и поддержка детей взрослого человека различных нозологий и возраста. 3. Обеспечение поддержки и страховки в раздевалке взрослого человека различных нозологий и возраста. 4. Обеспечение поддержки и страховки в душе и чаше бассейна взрослого человека различных нозологий и возраста. 5. Обеспечение поддержки и страховки при спуске и подъеме в воду взрослого человека взрослого человека различных нозологий и возраста. 6. Обеспечение прохода взрослого человека через контроль	2

	бассейна в зависимости от возраста, пола, нозологии, веса. 7. Передвижение по лестнице, страховка и поддержка взрослого человека в зависимости от возраста, пола, нозологии, веса. 8. Обеспечение поддержки и страховки в раздевалке взрослого человека в зависимости от возраста, пола, нозологии, веса.	
2	Практическое занятие № 9 **Технологии поддержки и страховки взрослых в условиях суши** 1. Обеспечение поддержки и страховки в душе взрослого человека в зависимости от возраста, пола, нозологии, веса. 2. Обеспечение поддержки и страховки во время передвижения в чаше бассейна взрослого человека в зависимости от возраста, пола, нозологии, веса. 3. Обеспечение поддержки и страховки при спуске и подъеме в воду взрослого человека в зависимости от возраста, пола, нозологии, веса. 4. Помощь родителей и других лиц при обеспечении поддержки и страховки взрослого человека на суше.	2
2	Практическое занятие № 10 **Использование специального и дополнительного инвентаря на занятиях по гидрореабилитации** 1. Выбор и подготовка инвентаря для занятий по гидрореабилитации. 2. Возможности применения нуддлс на занятиях по гидрореабилитации. 3. Возможности применения досок для плавания, их разновидности и способы удержания на занятиях по гидрореабилитации. 4. Возможности применения других поддерживающих средств для плавания, их разновидности и способы удержания на занятиях по гидрореабилитации.	2
2	Практическое занятие № 11 **Использование специального и дополнительного инвентаря на занятиях по гидрореабилитации** 1. Возможности применения лопаток для плавания, их разновидности и способы удержания на занятиях по гидрореабилитации. 2. Возможности применения ласт для плавания, их разновидности и способы удержания на занятиях по гидрореабилитации. 3. Возможности применения трубок для плавания, их разновидности и способы удержания на занятиях по гидрореабилитации.	2
2	Практическое занятие № 12 **Подготовка и использование технического оборудования в бассейне** 1. Использование подъемников на занятиях по гидрореабилитации, их разновидности**.** 2. Использование колясок на занятиях по гидрореабилитации, их разновидности**.** 3. Использование видеозаписывающей аппаратуры на занятиях по гидрореабилитации, их разновидности**.**	2

2	Практическое занятие № 13 **Подготовка и использование технического оборудования в бассейне** 1. Использование стационарных средств для поддержки и удержания позы на занятиях по гидрореабилитации, их разновидности**.** 2. Использование подвижных средств для поддержки и удержания на занятиях по гидрореабилитации, их разновидности**.**	2
3	Практическое занятие № 14 **Технологии спусков воду** 1. Классификация технологий погружений в воду. 2. Техника стартов, погружений в гидрореабилитации, фазовый состав. 3. Технология погружения лиц с ограниченными возможностями в воду. 4. Погружение с помощью преподавателя. 5. Вход в воду с помощью преподавателя и привлечением помощи третьего лица (родителей, инструктора, другого тренера). 6. Самостоятельное погружение-спуск лиц с ограниченными возможностями в воду. 7. Погружение с помощью специальных технических средств Обеспечение безопасности лиц с ограниченными возможностями.	2
3	Практическое занятие № 15 **Технологии спусков воду** 1. Классификация технологий погружений в воду. 2. Техника стартов, погружений в гидрореабилитации, фазовый состав. 3. Технология погружения лиц с ограниченными возможностями в воду. 4. Погружение с помощью преподавателя. 5. Вход в воду с помощью преподавателя и привлечением помощи третьего лица (родителей, инструктора, другого тренера). 6. Самостоятельное погружение-спуск лиц с ограниченными возможностями в воду. 7. Погружение с помощью специальных технических средств Обеспечение безопасности лиц с ограниченными возможностями.	2
3	Практическое занятие № 16 **Технологии выхода из воды** 1. Классификация технологий выходов из воды. 2. Техника выхода из воды, фазовый состав. 3. Технология выхода из воды лиц с ограниченными возможностями в воду. 4. Выход из воды с помощью преподавателя и привлечением помощи третьего лица (родителей, инструктора, другого тренера). 5. Самостоятельный выход из воды лиц с ограниченными возможностями. 6. Подъем (выход) лиц с ограниченными возможностями из воды с помощью специальных технических средств. 7. Обеспечение безопасности лиц с ограниченными возможностями.	2
3	Практическое занятие № 17 **Технологии выхода из воды** 1. Классификация технологий выходов из воды.	2

	2. Техника выхода из воды, фазовый состав. 3. Технология выхода из воды лиц с ограниченными возможностями в воду. 4. Выход из воды с помощью преподавателя и привлечением помощи третьего лица (родителей, инструктора, другого тренера). 5. Самостоятельный выход из воды лиц с ограниченными возможностями. 6. Подъем (выход) лиц с ограниченными возможностями из воды с помощью специальных технических средств. 7. Обеспечение безопасности лиц с ограниченными возможностями.	
3	Практическое занятие № 18 **Технологии поддержки и страховки детей в условиях водной среды** 1. Технологии поддержки и страховки детей с ограниченными возможностями в условиях водной среды при детском церебральном параличе 2. Технологии поддержки и страховки детей с нарушением интеллекта и эмоционально-волевой сферы 3. Технологии поддержки и страховки детей с ограниченными возможностями в условиях водной среды при ампутации	2
3	Практическое занятие № 19 **Технологии поддержки и страховки взрослых в условиях водной среды** 1. Технологии поддержки и страховки детей с ограниченными возможностями в условиях водной среды при детском церебральном параличе 2. Технологии поддержки и страховки детей с нарушением интеллекта и эмоционально-волевой сферы 3. Технологии поддержки и страховки детей с ограниченными возможностями в условиях водной среды при ампутации	2
3	Практическое занятие № 20 **Технологии поддержки и страховки взрослых в условиях водной среды** 1. Технологии поддержки и страховки детей с ограниченными возможностями в условиях водной среды при детском церебральном параличе 2. Технологии поддержки и страховки детей с нарушением интеллекта и эмоционально-волевой сферы 3. Технологии поддержки и страховки детей с ограниченными возможностями в условиях водной среды при ампутации	2
3	Практическое занятие № 21 **Организация занятий по гидрореабилитации двумя преподавателями, находящимися в воде или при нахождении одного из них на борту бассейна** 1. Условия и возможности занятий такого типа. 2. Обязанности и возможности тренера находящегося на борту. 3. Обязанности и возможности тренера находящегося в воде. 4. Взаимодействие тренеров между собой. 5. Взаимодействие тренеров с ребенком. 6. Обеспечение безопасности занятия.	2

3	Практическое занятие № 22 **Организация занятий по гидрореабилитации двумя преподавателями, находящимися в воде или при нахождении одного из них на борту бассейна** 1. Условия и возможности занятий такого типа. 2. Обязанности и возможности тренера находящегося на борту. 3. Обязанности и возможности тренера находящегося в воде. 4. Взаимодействие тренеров между собой. 5. Взаимодействие тренеров с ребенком. 6. Обеспечение безопасности занятия.	2
3	Практическое занятие № 23 **Организация занятий по гидрореабилитации в малых группах** 1. Условия и возможности построения занятий такого типа. 2. Обязанности и возможности тренера находящегося на борту. 3. Обязанности и возможности тренера находящегося в воде. 4. Особенности построения занятия. 5. Взаимодействие тренера с занимающимися. 6. Использование специальных средств и методов в помощи преподавателю. 7. Обеспечение безопасности занятия, правила поведения в группах.	2
4	Практическое занятие № 24 **Технологии гидрореабилитации в условиях глубокого бассейна с умеющим плавать учеником** 1. Условия и возможности построения занятий такого типа. 2. Обязанности и возможности тренера находящегося на борту. 3. Особенности построения занятия. 4. Использование специальных средств и методов в помощи преподавателю. 5. Правила пользования специальным инвентарем. 6. Возможности построения тренировки при отсутствии тренера на борту бассейна (самостоятельная тренировка). 7. Особенности построения самостоятельной тренировки. 8. Технология помощи ученику в экстренной ситуации. 9. Обеспечение безопасности занятия.	2
4	Практическое занятие № 25 **Технологии гидрореабилитации в условиях мелкого бассейна при условиях совместного пребывания учеников и тренера в воде** **Вопросы для обсуждения:** 1. Условия и возможности построения занятий такого типа. 2. Обязанности и возможности тренера находящегося в воде. 3. Особенности построения занятия и возможности преподавателя. 4. Взаимодействие тренера с учеником, специальные поддержки, проводки и поддержки. 5. Использование специальных средств. 6. Технология помощи ученику в экстренной ситуации. 7. Обеспечение безопасности занятия.	2
4	Практическое занятие № 26 **Технологии гидрореабилитации в условиях мелкого бассейна при нахождении тренера на борту бассейна**	2

	Вопросы для обсуждения: 1. Условия и возможности занятий такого типа. 2. Обязанности и возможности тренера находящегося на борту. 3. Особенности построения занятия. 4. Взаимодействие тренера с учеником, специальные жесты и терминология общения.	
4	Практическое занятие № 27 **Технологии гидрореабилитации в условиях мелкого бассейна при нахождении тренера на борту бассейна** **Вопросы для обсуждения:** 1. Использование специальных средств и методов в помощи преподавателю. 2. Правила пользования специальным страховочным инвентарем. 3. Технология помощи ученику в экстренной ситуации. 4. Обеспечение безопасности занятия.	2
4	Практическое занятие № 28 **Технологии гидрореабилитации в условиях открытого водоема** **Вопросы для обсуждения:** 1. Условия и возможности занятий такого типа. 2. Подготовка к проведению занятия. 3. Обеспечение безопасности занятия. 4. Обязанности и возможности тренера находящегося на берегу. 5. Обязанности и возможности тренера находящегося в воде. 6. Особенности построения занятия. 7. Взаимодействие тренера с учеником, специальные жесты и терминология общения. 8. Использование специальных средств и методов в помощи преподавателю. 9. Правила пользования специальным страховочным инвентарем. 10. Технология помощи ученику в экстренной ситуации. 11. Экипировка тренерского состава. 12. Профилактика заболеваний тренерского состава. 13. Правила оказания доврачебной помощи пострадавшему на воде.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

8 семестр

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1	Лекция № 1. Вводная лекция. «Технологии гидрореабилитации» в структуре теории и методики гидрореабилитации Задачи и краткое описание содержания дисциплины. Единство взаимоотношений человека и водной среды Педагогический контроль и его виды на занятиях по ГР Зачетные и экзаменационные требования. Организация занятий гидрореабилитации. Виды занятий по гидрореабилитации. Формы занятий по гидрореабилитации. Взаимоотношение тренер-вода-ученик Взаимоотношение тренер-родитель-вода-ученик Построение занятий по гидрореабилитации в учреждениях различного типа Типы учреждений Общие задачи Особенности содержания занятий	2
1	Лекция № 2 Технологии поддержки и страховки детей и взрослых в условиях суши Обеспечение поддержки и страховки в помещениях бассейна детей различных нозологий и возраста. Обеспечение поддержки и страховки в помещениях бассейна взрослых различных нозологий и возраста.	2
2	Лекция № 3. Технологии передвижений тренера на занятиях по гидрореабилитации. Классификация и техника передвижений специалиста в процессе гидрореабилитации Технологии спуска и подъема в/из воду(ы). Классификация, техника и методика обучения спуску и подъему в процессе	2
3	Лекция № 4. Инвентарь на занятиях по гидрореабилитации. Возможности применения инвентаря для плавания, его разновидности и способы удержания на занятиях по гидрореабилитации. Техническое оборудование, применяемое на занятиях по гидрореабилитации. Использование технического оборудования на занятиях по гидрореабилитации, его разновидности.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1	Практическое занятие № 1 Технологии поддержки и страховки детей и взрослых в условиях суши 1. Обеспечение прохода ребенка через контроль бассейна. 2. Передвижение по лестнице, страховка и поддержка детей различных нозологий и возраста. 3. Обеспечение поддержки и страховки в раздевалке детей	2

	различных нозологий и возраста. 4. Обеспечение поддержки и страховки в душе и чаше бассейна детей различных нозологий и возраста. 5. Обеспечение поддержки и страховки при спуске и подъеме в воду детей различных нозологий и возраста. 6. Обеспечение прохода взрослого человека через контроль бассейна в зависимости от возраста, пола, нозологии, веса. 7. Передвижение по лестнице, страховка и поддержка взрослого человека в зависимости от возраста, пола, нозологии, веса. 8. Обеспечение поддержки и страховки в раздевалке взрослого человека в зависимости от возраста, пола, нозологии, веса. 9. Обеспечение поддержки и страховки в душе взрослого человека в зависимости от возраста, пола, нозологии, веса. 10. Обеспечение поддержки и страховки во время передвижения в чаше бассейна взрослого человека в зависимости от возраста, пола, нозологии, веса. 11. Обеспечение поддержки и страховки при спуске и подъеме в воду взрослого человека в зависимости от возраста, пола, нозологии, веса. 12. Помощь родителей и других лиц при обеспечении поддержки и страховки взрослого человека на суше.	
2	Практическое занятие № 2 Использование специального и дополнительного инвентаря на занятиях по гидрореабилитации 1. Выбор и подготовка инвентаря для занятий по гидрореабилитации. 2. Возможности применения нуддлс на занятиях по гидрореабилитации. 3. Возможности применения досок для плавания, их разновидности и способы удержания на занятиях по гидрореабилитации. 4. Возможности применения других поддерживающих средств для плавания, их разновидности и способы удержания на занятиях по гидрореабилитации. 5. Возможности применения лопаток для плавания, их разновидности и способы удержания на занятиях по гидрореабилитации. 6. Возможности применения ласт для плавания, их разновидности и способы удержания на занятиях по гидрореабилитации. 7. Возможности применения трубок для плавания, их разновидности и способы удержания на занятиях по гидрореабилитации.	2
3	Практическое занятие № 3 Технологии спусков воду 1. Классификация технологий погружений в воду. 2. Техника стартов, погружений в гидрореабилитации, фазовый состав. 3. Технология погружения лиц с ограниченными возможностями в воду. 4. Погружение с помощью преподавателя. 5. Вход в воду с помощью преподавателя и привлечением	2

	помощи третьего лица (родителей, инструктора, другого тренера). 6. Самостоятельное погружение-спуск лиц с ограниченными возможностями в воду. 7. Погружение с помощью специальных технических средств Обеспечение безопасности лиц с ограниченными возможностями. Технологии выхода из воды 1. Классификация технологий выходов из воды. 2. Техника выхода из воды, фазовый состав. 3. Технология выхода из воды лиц с ограниченными возможностями в воду. 4. Выход из воды с помощью преподавателя и привлечением помощи третьего лица (родителей, инструктора, другого тренера). 5. Самостоятельный выход из воды лиц с ограниченными возможностями. 6. Подъем (выход) лиц с ограниченными возможностями из воды с помощью специальных технических средств. 7. Обеспечение безопасности лиц с ограниченными возможностями.	
3	Практическое занятие № 4 Технологии поддержки и страховки детей в условиях водной среды 1. Технологии поддержки и страховки детей с ограниченными возможностями в условиях водной среды при детском церебральном параличе 2. Технологии поддержки и страховки детей с нарушением интеллекта и эмоционально-волевой сферы 3. Технологии поддержки и страховки детей с ограниченными возможностями в условиях водной среды при ампутации	2
3	Практическое занятие № 5 Организация занятий по гидрореабилитации двумя преподавателями, находящимися в воде или при нахождении одного из них на борту бассейна 1. Условия и возможности занятий такого типа. 2. Обязанности и возможности тренера находящегося на борту. 3. Обязанности и возможности тренера находящегося в воде. 4. Взаимодействие тренеров между собой. 5. Взаимодействие тренеров с ребенком. 6. Обеспечение безопасности занятия.	2
4	Практическое занятие № 6 Технологии гидрореабилитации в условиях глубокого бассейна с умеющим плавать учеником 1. Условия и возможности построения занятий такого типа. 2. Обязанности и возможности тренера находящегося на борту. 3. Особенности построения занятия. 4.Использование специальных средств и методов в помощи преподавателю. 5. Правила пользования специальным инвентарем. 6.Возможности построения тренировки при отсутствии тренера на борту бассейна (самостоятельная тренировка). 7. Особенности построения самостоятельной тренировки. 8. Технология помощи ученику в экстренной ситуации. 9. Обеспечение безопасности занятия.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

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, 2023. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08390-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/516453
2. Гидрореабилитация в системе адаптивной физической культуры : учебное пособие / М. В. Светлакова, И. Ю. Сазонов, Н. В. Волнистова [и др.] ; под общ. ред. М. В. Светлаковой ; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2018. – 144 с. : схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695861
3. Григорьева, Д.В. Технологии гидрореабилитации : учебное пособие / Д.В. Григорьева, М.Д. Мосунова, Д.Ф. Мосунов; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 243 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Мосунов, Д.Ф. Технологии гидрореабилитации : учебное пособие / Д.Ф. Мосунов, Д.В. Григорьева, М.Д. Мосунова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. – 103 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Ивченко, Е.В. Технологии физкультурно-оздоровительной деятельности в плавании : учебное пособие / Е.В. Ивченко, Р.В. Кууз, Е.А. Ивченко. - СПб. : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2019. – 212 с. : ил., табл. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание : учебное пособие / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов, Т.С. Морозова; под ред. Н. Ж. Булгаковой. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва :Юрайт, 2019. - 399, [2] с. : ил.
2. Мосунов, Д.Ф.Технологии гидрореабилитации : учебное пособие / Д.Ф. Мосунов, Д.В. Григорьева, М.Д. Мосунова; - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. – 136 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Шпак, С.Л. Методика гидрореабилитации : учебное пособие / С.Л. Шпак, Д.Ю. Казаков. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 231 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Основы физической реабилитации : учебник / А.Н. Налобина, Т.Н. Федорова, И.Г. Таламова, Н.М. Курч; под ред. А. Н. Налобиной. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2017. – 328 с. : цв. ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Курч, Н.М. Физические средства восстановления в спорте : учебное пособие / Н.М. Курч,И.Г. Таламова, Т.Н. Федорова. - Омск, 2019. – 132 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Завьялова, Т.П.Физическая реабилитация дошкольников с нарушениями осанки и стопы средствами плавания : учебное пособие / Т.П. Завьялова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва :Юрайт, 2018. - 171, [1] с. : ил.
7. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / [авт.-сост.: О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев] ; под общ. ред. С. П. Евсеева. - Москва : Спорт, 2016. - 384 с. : ил.

8. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев ; под общ. ред. С.П. Евсеева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367
9. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. — 2-е изд., стер. — Москва : Спорт-Человек, 2020. — 616 с. — ISBN 978-5-907225-56-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/165141 .— Режим доступа: для авториз. пользователей.
10. Мосунова, М.Д. Гидрореабилитация ребенка с эпилепсией : учебно-методическое пособие / М.Д. Мосунова, А.А. Литвинов. - СПб. : [б. и.], 2007. – 143 с.- Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
11. Мосунов, Д.Ф. Гидрореабилитация ребенка с последствиями детского церебрального паралича : учебно-методическое пособие / Д.Ф. Мосунов, И.В. Клешнев, С.Л. Шпак. - СПб. : [б. и.], 2007. – 142 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Видеозаписывающая аппаратура; аудитория, оснащённая компьютером, мультимедийными средствами и выходом в Интернет; наглядные материалы: мультимедиа презентации, видеофильмы; плавательный бассейн.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра социальных технологий и массовых коммуникаций в спорте

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Цифровые образовательные ресурсы

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы магистратуры по направлению подготовки

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

Направленность (профиль):

Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная, заочная

Согласовано:

Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура) Направленность (профиль): «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«28» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. Кафедрой_____ Скок Н.С.

Рекомендована решением Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:
профессор, д.п.н. Закревская Н.Г.

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на **1** курсе по очной форме обучения, на 1 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***зачет***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Системное и критическое мышление	УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-1.	УК-1.1. Знает: - понятие и классификация систем; - структуру и закономерности функционирования систем; - особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах; - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; - виды и формы работы с педагогической и научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы)	Знает: - современные образовательные технологии; - информационные технологии; - цифровые образовательные ресурсы; -профессионально-информационные системы. Умеет: - Использовать дистанционные образовательные технологии в учебной деятельности; - применять цифровые образовательные ресурсы; - использовать полнотекстовые базы данных Владеет: - контентом цифровых образовательных ресурсов; -информационно-коммуникационными технологиями; - контентом полнотекстовых баз данных.

	УК-1.2. Умеет: - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода УК-1.3. Имеет опыт: - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.	

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры			
			1	2	3	4
Контактная работа преподавателей с обучающимися		8	8			
В том числе:						
Занятия лекционного типа		4	4			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		4	4			
Промежуточная аттестация (экзамен)		6	6			
Самостоятельная работа студента		22	22			
Общая трудоемкость	**часы**	**36**	36			
	зачетные единицы	**1**	1			

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры			
			1	2	3	4
Контактная работа преподавателей с обучающимися		4	4			
В том числе:						
Занятия лекционного типа		2	2			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		2	2			
Промежуточная аттестация (экзамен)		4	4			
Самостоятельная работа студента		28	28			
Общая трудоемкость	**часы**	**36**	36			
	зачетные единицы	**1**	1			

4. **СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:**

4.1 ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема	Содержание	Результаты обучения в виде «знать, уметь, владеть»
1.	**Информационное сопровождение учебной деятельности**	Цифровые образовательные ресурсы. Электронные библиотеки. Электронные библиотечные системы. Информационно-поисковые системы.	Знает: - современные образовательные технологии; - информационные технологии; - цифровые образовательные ресурсы; -профессионально-информационные системы. Умеет: - Использовать дистанционные образовательные технологии в учебной деятельности; - применять цифровые образовательные ресурсы; - использовать полнотекстовые базы данных Владеет: - контентом цифровых образовательных ресурсов; -информационно-коммуникационными технологиями; - контентом полнотекстовых баз данных.
2.	**Использование цифровых ресурсов в учебной деятельности**	Полнотекстовые базы данных. Библиографический поиск. Наукометрические базы данных. Оформление заимствований и ссылок в текстах.	Знает: - современные образовательные технологии; - информационные технологии; - цифровые образовательные ресурсы; -профессионально-информационные системы. Умеет: - Использовать дистанционные образовательные технологии в учебной деятельности; - применять цифровые образовательные ресурсы; - использовать полнотекстовые базы данных Владеет: - контентом цифровых образовательных ресурсов; -информационно-коммуникационными технологиями; - контентом полнотекстовых баз данных.

4.2 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

тема	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция №1. Информационное сопровождение учебной деятельности. Цифровые образовательные ресурсы. Электронные библиотеки. Электронные библиотечные системы. Информационно-поисковые системы.	2
2	Лекция №2. Использование цифровых ресурсов в учебной деятельности. Полнотекстовые базы данных. Библиографический поиск. Наукометрические базы данных. Оформление заимствований и ссылок в текстах.	2

СЕМИНАРСКИЕ ЗАНЯТИЯ

тема	Содержание занятий	Кол-во часов
1	Практическое занятие 1. Информационное сопровождение учебной деятельности. Цифровые образовательные ресурсы. Электронные библиотеки.	2
2	Практическое занятие 2. Использование цифровых ресурсов в учебной деятельности. Библиографический поиск. Оформление заимствований и ссылок в текстах.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

тема	Содержание лекций	Кол-во часов
1,2	Лекция №1. Информационное сопровождение учебной деятельности. Цифровые образовательные ресурсы. Электронные библиотеки. Электронные библиотечные системы. Информационно-поисковые системы.	2

СЕМИНАРСКИЕ ЗАНЯТИЯ

тема	Содержание занятий	Кол-во часов
1,2	Практическое занятие 1. Использование цифровых ресурсов в учебной деятельности. Библиографический поиск. Оформление заимствований и ссылок в текстах.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Днепровская, Н. В. Открытые образовательные ресурсы : учебное пособие / Н. В. Днепровская, Н. В. Комлева. – 2-е изд., испр. – Москва : Национальный Открытый Университет «ИНТУИТ», 2016. – 140 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428994
2. Лобачев, С. Основы разработки электронных образовательных ресурсов: учебный курс : учебное пособие / С. Лобачев. – 2-е изд., исправ. – Москва : Национальный Открытый Университет «ИНТУИТ», 2016. – 189 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429160

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Грибанова-Подкина, М. Ю. Использование информационно-коммуникационных технологий и электронных ресурсов в образовательном пространстве : учебное пособие / М. Ю. Грибанова-Подкина. — Саратов : СГУ, 2020. — 64 с. — ISBN 978-5-292-04668-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/194739 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Закревская, Н.Г. Информационное сопровождение научно-педагогических исследований : учебное пособие / Н.Г. Закревская; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2022. – 104 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
3. Литвинова, С. Н. Цифровые инструменты в работе с детьми дошкольного возраста : учебное пособие для вузов / С. Н. Литвинова, Ю. В. Челышева. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 188 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14722-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/520246
4. Сбитнева, Г. И. Отраслевые информационные ресурсы. Практикум : учебное пособие для вузов / Г. И. Сбитнева. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 154 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14441-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/496996
5. Суворова, Т. Н. Подготовка педагогов к проектированию и применению электронных образовательных ресурсов : монография / Т. Н. Суворова. — Киров : ВятГУ, 2018. — 117 с. — ISBN 978-5-98228-153-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/179243 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
6. Цифровая педагогика: технологии и методы : учебное пособие / Н. В. Соловова, Н. В. Суханкина, Д. С. Дмитриева, Д. С. Дмитриев ; Самарский национальный исследовательский университет им. академика С.П. Королева. – Самара : Самарский национальный исследовательский университет имени академика С.П. Королева (Самарский университет), 2020. – 128 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=611255
7. Цифровое образование в терминах : учебно-методическое пособие / Е. В. Баранова, С. С. Куликова, Т. Н. Носкова [и др.] ; под ред. Е. В. Барановой ; Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. – Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ), 2020. – 164 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=692454

8. Черткова, Е. А. Компьютерные технологии обучения : учебник для вузов / Е. А. Черткова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 250 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07491-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513395

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»,

необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link isexternal)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link isexternal)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal)

Ученые записки

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения (проектор, экран, компьютер).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра профилактической медицины и основ здоровья

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Основы медицинских знаний

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«29» августа 2022 г., протокол № 1
Зав. кафедрой _____ **Задорожная Н.А.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:
Ст. преподаватель Болотова И.А.

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения и 1 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***зачет.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Обеспечение безопасности	ОПК-14 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-14	**ОПК-14.1. Знает** - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; -этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; **ОПК-14.2. Умеет:** - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояниях и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения	**Знания:** - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; -этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; **Умения:** - распознавать признаки неотложных состояний и

	развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; **ОПК-14.3. Имеет опыт**: - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.	травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояниях и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; **Навыки:** - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		46		46						
В том числе:										
Занятия лекционного типа		20		20						
Занятия семинарского типа (практические занятия)		26		26						
Промежуточная аттестация (зачет)		6		6						
Самостоятельная работа студента		56		56						
Общая трудоемкость	**часы**	**108**		108						
	зачетные единицы	**3**		3						

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		8		8							
В том числе:											
Занятия лекционного типа		4		4							
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		4		4							
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		4		4							
Самостоятельная работа студента		96		96							
Выполнение контрольной работы		20		20							
Общая трудоемкость	**часы**	**108**		108							
	зачетные единицы	**3**		3							

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Общее понятие о неотложных состояниях, о болезни. Нормативно-правовая база охраны здоровья в РФ. Общее понятие о болезни. Основные признаки нарушения здоровья.	Нормативно-правовая база охраны здоровья. Определение здоровья. Факторы, влияющие на здоровье. Компоненты (уровни) понятия “здоровье”. Здоровье как социальная ценность. Индивидуальное здоровье. Группы здоровья. Болезнь и предболезнь. Условия возникновения и развития болезней. Этиология. Классификации причин заболеваний. Формы и стадии болезней. Понятие о профилактике болезней.	**Умения:** - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; **Навыки:** - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.
2.	Основы ухода за больными и пострадавшими. Применение лекарственных средств.	Общий уход и его значение в процессе лечения больных и поражённых. Функции человека, ухаживающего за больными. Роль личной гигиены в профилактике и лечении заболеваний. Лихорадка: определение, типы, измерение и оценка температуры тела. Основы лекарственной помощи. Понятие о лекарственном препарате. Лекарственные формы. Действие лекарственных веществ. Пути введения лекарственных веществ. Осложнения при медикаментозном лечении. Принципы дозировки и классификация лекарственных средств. Домашняя аптечка.	**Знания:** - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; **Умения:** - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояниях и травматических повреждениях; **Навыки:** - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний
3.	Первая помощь при	Неотложные состояния при	**Знания:**

	неотложных состояниях Реанимация.	заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Гипертоническая болезнь (артериальная гипертензия – АГ): определение, понятие о типах нервной системы, основные факторы риска возникновения артериальной гипертензии, стадии болезни, профилактика. Гипертонический криз: понятие, симптомы. Первая доврачебная помощь при гипертоническом кризе. Атеросклероз: факторы риска развития атеросклероза, симптомы атеросклероза, профилактика. Ишемическая болезнь сердца: стенокардия, инфаркт миокарда, симптомы, профилактика. Первая медицинская помощь при приступе стенокардии, инфаркте миокарда. Инфаркт мозга. Причины, механизм развития, проявления, социальные последствия. Сахарный диабет: причины, клиническая картина, осложнения сахарного диабета. Неотложные состояния при сахарном диабете, первая доврачебная помощь при гипогликемической коме. Неотложные состояния при заболеваниях дыхательной системы. Аллергические заболевания: клинические формы аллергических заболеваний профилактика аллергических заболеваний. Первая доврачебная помощь при приступе бронхиальной астмы, укусах насекомых. Терминальные состояния. Техника реанимации. Раны и кровотечения. Асептика и антисептика. Повязки. Первая доврачебная помощь при кровотечениях. Травматизм и его профилактика. Оказание первой доврачебной помощи	- основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; **Умения:** - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояниях и травматических повреждениях; **Навыки:** - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;

		при травмах. Принципы транспортировки и иммобилизации. Синдром длительного сдавления. Механизм развития, клиническая картина, первая доврачебная помощь при синдроме длительного сдавления. Термические повреждения. Электротравма. Ожоги, отморожения. Классификация. Клиническая картина. Оказание первой доврачебной помощи. Судорожный синдром. Этиология, клиническая картина. Первая доврачебная помощь при судорожном синдроме. Утопление. Виды. Первая доврачебная помощь при утоплении. Инородные тела дыхательных путей. Оказание неотложной помощи. Неотложные состояния при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Разновидности отравлений. Объем доврачебной помощи при острых отравлениях химическими веществами, ядами животных и растений. Травмы и повреждения глаз. Первая доврачебная помощь. Понятие о закрытых повреждениях. Ушибы. Растяжения связок. Межмышечные гематомы. Вывихи. Оказание первой доврачебной помощи. Переломы костей, их виды.	
4.	Основы микробиологии, эпидемиологии и иммунологии. Профилактика инфекционных заболеваний.	Понятие о микробах: определение, среда обитания, размеры, строение, экзотоксины, эндотоксины. Классификация микробов. Понятие об инфекционном и эпидемическом процессах. Источник инфекции, пути передачи инфекции. Факторы передачи возбудителя. Определение понятия «эпидемический очаг»,	**Знания:** - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; **Умения:** - распознавать

		эпидемия, пандемия. Профилактика инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете. Вакцины: определение, виды, способы введения, применение с профилактической и лечебной целью. Вирусные гепатиты (А, В, С, Д). Особенности эпидемиологии, клинические симптомы. Общие принципы профилактики. ВИЧ-инфекция. Общие принципы профилактики. Желудочно-кишечные инфекции. Пищевые отравления бактериальными токсинами. Особенности эпидемиологии, клинические симптомы. Общие принципы профилактики. Воздушно-капельные инфекции. Особенности эпидемиологии, клинические симптомы. Общие принципы профилактики. Туберкулёз. Пути передачи туберкулёза. Классификация туберкулёза. Туберкулёз органов дыхания.	заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; **Навыки:** - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция № 1. Общее понятие о неотложных состояниях, о болезни. Нормативно-правовая база охраны здоровья в РФ.** Медицина и здоровье. Место учреждений здравоохранения в охране здоровья населения. Предмет, содержание и задачи дисциплины, связь с валеологией, анатомией, физиологией, гигиеной, психологией, педагогикой, и другими науками, их интеграция и взаимодействие. Закономерности и тенденции формирования и проявления отношения человека к здоровью. Пути и средства формирования адекватного отношения личности к здоровью на разных этапах её жизненного пути.	2

	Здоровье индивидуальное и общественное: определение, взаимосвязь, различия. Социальные факторы, влияющие на индивидуальное и общественное здоровье. Основные статистические показатели. Комплексная оценка состояния здоровья населения. Право гражданина на информацию о состоянии здоровья и факторах, влияющих на здоровье, в том числе о санитарно-эпидемиологическом благополучии проживания, достоверность информации об окружающей природной среде и мерах по её охране. Понятие о неотложных состояниях. Причины и факторы их вызывающие. Болезни цивилизации.	
2.	**Лекция № 2. Основы ухода за больными.** Основные принципы профилактики. Структура и анализ заболеваемости людей различных возрастных групп. Болезнь, понятия, этиология, патогенез, течение. Краткая характеристика основных патологических состояний. Методы диагностики. Виды медицинской помощи. Основы ухода за больными.	2
3.	**Лекция № 3. Неотложная помощь при остановке сердца и терминальных состояниях.** Что следует понимать под термином «реанимация»? Что такое клиническая смерть? Её признаки. Что называется биологической смертью? Признаки биологической смерти. Как проводится искусственное дыхание «рот в рот» и «рот в нос»? Проведение непрямого массажа сердца. Особенности реанимации при проведении её одним человеком. Особенности реанимации при проведении её двумя людьми.	2
	Лекция № 4. Неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Особенности жизнедеятельности современного человека. Ожирение. Факторы риска развития заболеваний сердечно-сосудистой системы. Гипертоническая болезнь. Атеросклероз. Ишемическая болезнь сердца. Ранние признаки инфаркта миокарда. Доврачебная медицинская помощь при стенокардии, гипертоническом кризе, инфаркте миокарда. Отёк лёгких, обморок, судорожный обморок, коллапс. Признаки, оказание неотложной помощи. Исследование пульса, артериального давления, частоты дыхательных движений.	2
	Лекция № 5. Неотложные состояния органов дыхания. Принципы оказания первой помощи. Классификация острых терапевтических заболеваний: бронхиальной астмы, ложного крупа, пневмонии. Диагностика острых респираторных вирусных заболеваний, признаки воспаления лёгких. Лёгочное кровотечение, попадание в дыхательные пути инородных тел Доврачебная помощь при заболеваниях органов дыхания. Понятие об аллергической реакции. Анафилактический шок: признаки, оказание помощи.	2
	Лекция № 6. Неотложные состояния при несчастных случаях, вызванных воздействием физических факторов. Ушибы. Растяжения связок. Межмышечные гематомы. Вывихи. Оказание первой доврачебной помощи. Переломы костей, их виды. Переломы, их разновидности. Клинические симптомы. Общие симптомы переломов. Признаки открытого и закрытого переломов конечностей. Признаки перелома позвоночника. Признаки повреждения костей черепа. Иммобилизация при переломах. Оказание неотложной помощи. Черепно-мозговые травмы. Сотрясение, ушиб, сдавление	2

	головного мозга. Признаки. Оказание первой доврачебной помощи. Травматический шок. Понятие о защитных реакциях при шоке. Стадии травматического шока (эректильная и торпидная), их внешние проявления. Схема оказания первой доврачебной помощи при травматическом шоке. Термические повреждения. Иммобилизация повреждённой конечности: наложение шины, фиксирующей повязки. Признаки вывихов, растяжений, ушибов и оказание помощи. Правила транспортировки на щите и носилках.	
	Лекция № 7. Неотложные состояния при метаболических нарушениях (диабетические комы). Диабет как болезнь цивилизации. Причины возникновения, признаки, неотложная помощь. Особенности оказания первой доврачебной помощи при гипергликемических и гипогликемических состояниях.	2
4.	**Лекция № 8. Неотложные состояния при заболеваниях пищеварительной и мочевыделительной систем.** Краткая характеристика основных патологических состояний. Методы диагностики. Особенности оказания первой доврачебной помощи.	2
	Лекция № 9. Первая помощь при инфекционных заболеваниях. Эпидемиология как наука о закономерностях возникновения и распространения инфекционных заболеваний. Понятие об инфекционном и эпидемическом процессах, эпидемическом очаге. Общие сведения об иммунитете. Виды, методы создания приобретённого иммунитета. Возбудители инфекционных болезней. Классификация. Эпидемия, пандемия. Пути передачи инфекции.	2
	Лекция № 10. Оказание первой помощи при спортивных травмах.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Практическое занятие №1 Общее понятие о болезни. Основные признаки нарушения здоровья.** Здоровье индивидуальное и общественное: определение, взаимосвязь, различия. Социальные факторы, влияющие на индивидуальное и общественное здоровье. Основные статистические показатели. Комплексная оценка состояния здоровья населения.	2
2.	**Практическое занятие № 2 Основные принципы ухода за больными на дому.** Общий уход и его значение в процессе лечения поражённых и больных. Какие функции выполняет человек, ухаживающий за больными и поражёнными (взрослыми и детьми)? Роль личной гигиены в профилактике и лечении заболеваний. Измерение температуры тела. Уход за кожей. Что такое пульс? Какова методика его определения у взрослых и детей? Что называется артериальным давлением? Методика измерения артериального давления и его оценка. Наблюдение за дыханием у взрослых, подсчёт его частоты. Наблюдение за дыханием у детей, особенности определения частоты дыхания у детей.	2
3.	**Практическое занятие № 3 Первая помощь при обмороке, контузии, коллапсе, травматическом шоке.** Острая сосудистая недостаточность (обморок, коллапс, шок).	2

	Причины возникновения, признаки, неотложная помощь.	
	Практическое занятие № 4 Первая помощь при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Понятие об ишемической болезни сердца (ИБС). Факторы риска, классификация, признаки. Стенокардия. Причины возникновения, признаки, первая доврачебная помощь. Инфаркт миокарда. Причины, признаки, неотложная помощь, особенности ухода за больными в постинфарктном периоде. Виды острой сердечной недостаточности. Причины, признаки, не отложная помощь и организация ухода за больными. Гипертоническая болезнь. Причины, формы, особенности профилактики. Осложнения гипертонической болезни (гипертонический криз, инсульт) особенности оказания первой доврачебной помощи и организация ухода за больными.	2
	Практическое занятие № 5 Первая медицинская помощь при утоплении. Инородные тела дыхательных путей. Оказание неотложной помощи.	2
	Практическое занятие № 6 Первая доврачебная помощь при остановке сердца и терминальных состояниях. Реанимация. Что следует понимать под термином «реанимация»? Что такое клиническая смерть? Её признаки. Что называется биологической смертью? Признаки биологической смерти. Как проводится искусственное дыхание «рот в рот» и «рот в нос»? Проведение непрямого массажа сердца. Особенности реанимации при проведении её одним человеком. Особенности реанимации при про-ведении её двумя людьми.	2
	Практическое занятие № 7 Раны и кровотечения. Первая медицинская помощь при кровотечениях. Что называется ранами? Какие две стадии развития раны вы знаете? Классификация ран. Характеристика ран. Основные осложнения ран. Оказание неотложной помощи раненым. Принципы лечения ран. Что называется кровопотерей? Какова величина опасной для жизни кровопотери? Определить понятие «кровотечение». Классификация кровотечений. Характеристика различных видов кровотечений (артериального, венозного, капиллярного, паренхиматозного). Какие существуют признаки внутреннего кровотечения? Виды остановки кровотечений.	2
	Практическое занятие № 8 Асептика и антисептика. Повязки. Раневая инфекция. Виды раневой инфекции. Антисептика. Виды антисептики. Антисептические средства, их характеристика. Асептика. Её виды. Десмургия.	2
	Практическое занятие № 9 Оказание первой помощи при ушибах, вывихах, переломах костей. Синдром длительного сдавления. Переломы, их виды. Основные признаки переломов. Что называется вывихом? Шины, виды шин, подготовка к использованию. Правила наложения шин. Что относится к средствам транспортной иммобилизации? Транспортная иммобилизация при повреждениях головы и шеи.	2
	Практическое занятие № 10 Термические повреждения. Электротравма. Судорожный синдром. Первая помощь.	2

	Ожоги, перегревание. Обморожение, переохлаждение. Электротравма. Первая помощь.	
	Практическое занятие № 11 Первая помощь при острых отравлениях химическими веществами, ядами животных и растений. Причины возникновения, признаки, неотложная помощь.	2
	Практическое занятие № 12 Аллергические заболевания. Клинические формы, профилактика аллергических заболеваний. Неотложная помощь при аллергических реакциях, приступе бронхиальной астмы. Первая помощь при метаболических нарушениях (диабетические комы).	2
4.	**Практическое занятие № 13 Первая помощь при инфекционных заболеваниях.** Эпидемиология как наука о закономерностях возникновения и распространения инфекционных заболеваний. Понятие об инфекционном и эпидемическом процессах, эпидемическом очаге. Общие сведения об иммунитете. Виды, методы создания приобретённого иммунитета. Возбудители инфекционных болезней. Классификация. Эпидемия, пандемия. Пути передачи инфекции.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция № 1**. Общее понятие о болезни. Основы ухода за больными и пострадавшими. Применение лекарственных средств. Медицина и здоровье. Место учреждений здравоохранения в охране здоровья населения. Предмет, содержание и задачи дисциплины, связь с валеологией, анатомией, физиологией, гигиеной, психологией, педагогикой, и другими науками, их интеграция и взаимодействие. Закономерности и тенденции формирования и проявления отношения человека к здоровью. Пути и средства формирования адекватного отношения личности к здоровью на разных этапах её жизненного пути. Здоровье индивидуальное и общественное: определение, взаимосвязь, различия. Социальные факторы, влияющие на индивидуальное и общественное здоровье.	2
2.	**Лекция № 2** Основы микробиологии, эпидемиологии и иммунологии. Профилактика инфекционных заболеваний Инфекционное заболевание. Инфекционный процесс. Периоды, формы течения. Эпидемический процесс. Звенья, источники инфекции, факторы передачи. Варианты развития. Эпидемический очаг. Элементы эпидемического очага. Механизмы передачи инфекции. Основные направления противоэпидемических мероприятий. Определение понятия иммунитет. Виды иммунитета. Прививки. Показания и противопоказания к иммунизации. Календарь профилактических прививок. Дезинфекция. Методы и виды дезинфекции. Основные группы инфекционных заболеваний. Воздушно-капельные,	2

	желудочно-кишечные инфекции, пищевые токсикоинфекции. Клинические признаки инфекционных заболеваний. Оказание помощи, противоэпидемические мероприятия, сроки карантина и меры профилактики.	

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Практическое занятие** №1 Транспортная иммобилизация при повреждениях и переломах костей. Ушибы. Растяжения связок. Межмышечные гематомы. Вывихи. Оказание первой доврачебной помощи. Переломы костей, их виды. Переломы, их разновидности. Клинические симптомы. Общие симптомы переломов. Признаки открытого и закрытого переломов конечностей. Признаки перелома позвоночника. Признаки повреждения костей черепа. Иммобилизация при переломах. Оказание неотложной помощи. Черепно-мозговые травмы. Сотрясение, ушиб, сдавление головного мозга. Признаки. Оказание первой доврачебной помощи. Травматический шок. Понятие о защитных реакциях при шоке. Стадии травматического шока (эректильная и торпидная), их внешние проявления. Схема оказания первой доврачебной помощи при травматическом шоке. Термические повреждения. Иммобилизация повреждённой конечности: наложение шины, фиксирующей повязки. Признаки вывихов, растяжений, ушибов и оказание помощи. Правила транспортировки на щите и носилках.	2
2.	**Практическое занятие** №2 Реанимационные мероприятия. Что следует понимать под термином «реанимация»? Что такое клиническая смерть? Её признаки. Что называется биологической смертью? Признаки биологической смерти. Как проводится искусственное дыхание «рот в рот» и «рот в нос»? Проведение непрямого массажа сердца. Особенности реанимации при проведении её одним человеком. Особенности реанимации при про-ведении её двумя людьми. Отработка практических навыков на манекене «Максим».	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 332 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14054-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/510686
2. Пивоварова, Е.А. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Е.А. Пивоварова, С.В. Богданова, Л.В. Рощина; Министерство спорта Российской Федерации ; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта. - Великие Луки, 2019. – 144 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Романюк, В.П. Основы медицинских знаний (история этапов развития) : учебное пособие / В.П. Романюк, Р.Б. Цаллагова, И.Л. Самодова. - СПб. : [б. и.], 2018. – 127 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Романюк, В.П. Содержание профилактической работы среди населения : учебное пособие / В.П. Романюк, Р.Б. Цаллагова, В.А. Лапотников; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб. : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2019. - 125 с. : ил.
5. Цаллагова, Р.Б. Основы медицинских знаний: оказание первой помощи : учебное пособие. Ч. 1 / Р.Б. Цаллагова, И.А. Болотова; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. – 118 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Волокитина, Т.В. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Т.В. Волокитина, Г.Г. Бральнина, Н.И. Никитинская. - 3-е изд., стер. - М. : Академия, 2011. - 223, [1] с. : ил.
2. Закоркина, Н. А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / Н. А. Закоркина ; Омский государственный педагогический университет. – Омск : ОмГПУ, 2019. – 146 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=616216
3. Ильичёва, О.В. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : курс лекций и практических занятий : учебно-методическое пособие / О.В. Ильичёва, Е.В. Горохова, А.И. Бабушкина; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры.. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2015. – 332 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Кадыков, В.А. Первая доврачебная помощь : учебное пособие / В.А. Кадыков, Е.М. Мохов, А.М. Морозов. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 240, [1] с. : ил.
5. Лытаев, С.А. Основы медицинских знаний : учебное пособие / С.А. Лытаев, А.П. Пуговкин. - 2-е изд., испр. - Москва : Академия, 2012. - 270, [1] с. : ил.
6. Основы медицинских знаний (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи при неотложных состояниях) : учебное пособие / И.В. Гайворонский, Г.И. Ничипорук, А.И. Гайворонский, С.В. Виноградов; под ред. И. В. Гайворонского. - СПб. :СпецЛит, 2009. - 302 с. : ил.

7. Назарова, Е.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студентов вузов / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жилов. - Москва: Академия, 2013. - 191, [1] с.
8. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / составители С. С. Давыдова, А. И. Петкевич. — Липецк : Липецкий ГПУ, 2019. — 94 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/126972. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
9. Романюк, В.П. История сестринского дела в России : учебное пособие / В.П. Романюк, Р.Б. Цаллагова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2019. – 195 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
10. Тен, Е.Е. Основы медицинских знаний : учебник / Е.Е. Тен. - 3-е изд., стереотип. - М. : Академия, 2007. - 256 с.
11. Цаллагова, Р.Б. Основы медицинских знаний: оказание первой медицинской помощи : учебное пособие / Р.Б. Цаллагова, Т.В. Косенкова, И.А. Болотова. - СПб. : [б. и.], 2016. – 122 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
12. Щанкин, А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / А.А. Щанкин. – 2-е изд., стер. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 98 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577666

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://urait.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://www.diss.rsl.ru/
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link isexternal)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для применения мультимедиа-технологии аудиторные занятия проводятся в специально оборудованных аудиториях, обеспеченных:

1) мультимедиа-проектором;
2) стационарным экраном;
3) ноутбуком с операционной системой Windows XP (или выше);
4) программным обеспечением, позволяющим показывать схемы, видеофильмы, презентации;
5) жалюзи, позволяющими создать эффект кинотеатра.

Для проведения аудиторных занятий по дисциплине «Основы медицинских знаний» на кафедре профилактической медицины и основ здоровья имеются две специально оборудованных аудитории, в которых имеется следующее, необходимое оборудование:

1) методические пособия по отдельным разделам курса;
2) учебные таблицы на каждое занятие;
3) иллюстрации и схемы по разделам курса;
4) приборы для практических занятий.
5) тестовые задания по разделам курса.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Адаптивная физическая культура, основанная на взаимодействии человека с животными

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«31» августа 2022 г., протокол № 1
Зав. кафедрой _____ Евсеев С.П.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:
Евсеев Сергей Петрович
Зав. каф. ТиМАФК, д.п.н., профессор
Евсеева Ольга Эдуардовна
Директор Института АФК, д.п.н., профессор
Ярыгина Марина Александровна
Ст. преп. каф. ТиМАФК

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной форме обучения, на 2 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***зачет.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Командная работа и лидерство	**УК-3**. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде
Общепрофессиональные компетенции	
Обучение	**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

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-3	УК-3.1. Знает: - функции и средства общения; - психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, состоянию здоровья, этническим и религиозным признакам и др.); - источники, причины и способы управления конфликтами; - методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - методы убеждения, аргументации своей позиции; - сущностные характеристики и типологию лидерства; - факторы эффективного лидерства лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. УК-3.2. Умеет: - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в том числе, участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; - планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; - общаться с детьми, детьми-инвалидами, признавать их достоинство, понимая и принимая их; - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс	УК-3.1. Знает: - функции и средства общения; - психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, состоянию здоровья, этническим и религиозным признакам и др.); - источники, причины и способы управления конфликтами; - методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - методы убеждения, аргументации своей позиции; - сущностные характеристики и типологию лидерства; - факторы эффективного лидерства лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. УК-3.2. Умеет: - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в том числе, участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; - планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; - общаться с детьми, детьми-инвалидами, признавать их достоинство, понимая и принимая их; - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания,

	обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, в том числе, паралимпийцев, сурдлимпийцев, специальных олимпийцев, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; - составить психолого-педагогическую характеристику (профиль) личности; - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; - применять технологии развития лидерских качеств и умений; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы УК-3.3. Имеет опыт: - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности.	коррекции, компенсации и профилактики; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, в том числе, паралимпийцев, сурдлимпийцев, специальных олимпийцев, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; - составить психолого-педагогическую характеристику (профиль) личности; - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; - применять технологии развития лидерских качеств и умений; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы УК-3.3. Имеет опыт: - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности.
ОПК-2	ОПК -2.1 Знает: - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - предмет, цель, роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья;	ОПК -2.1 Знает: - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - предмет, цель, роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
	ОПК-2.2. Умеет: - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - осуществлять образование лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся	ОПК-2.2. Умеет: - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - осуществлять образование лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся
	ОПК-2.3. Имеет опыт: - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - опытом обобщения и анализа информации.	ОПК-2.3. Имеет опыт: - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - опытом обобщения и анализа информации.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		30				30				
В том числе:										
Занятия лекционного типа		12				12				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		18				18				
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		6				6				
Самостоятельная работа студента		36				36				
Общая трудоемкость	**часы**	**72**				**72**				
	зачетные единицы	**2**				**2**				

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		6				6					
В том числе:											
Занятия лекционного типа		2				2					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		4				4					
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		4				4					
Самостоятельная работа студента		62				62					
Выполнение контрольной работы		20				20					
Общая трудоемкость	**часы**	**72**				72					
	зачетные единицы	**2**				2					

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Анималотерапия	Понятие анималотерапии. История возникновения и развития. Механизмы воздействия на организм человека. Характеристика основных видов анималотерапии.	***Знает:*** - функции и средства общения; - психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, состоянию здоровья, этническим и религиозным признакам и др.); (УК-3.1) - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - предмет, цель, роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья; (ОПК-2.1) ***Умеет:*** - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в том числе, участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; (УК-3.2) - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; (ОПК-2.2) - осуществлять образование лиц с отклонениями в состоянии здоровья; (ОПК-2.2) ***Имеет опыт:*** - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности. (УК-3.3) - овладения профессиональной терминологией; - опытом обобщения и анализа информации. (ОПК-2.3)
2.	Иппотерапия	Иппотерапия как метод реабилитации людей с отклонениями в состоянии здоровья. Применение иппотерапии в реабилитации людей с физическими и	***Знает:*** - функции и средства общения; - психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, состоянию здоровья, этническим и религиозным признакам и др.); - источники, причины и способы управления конфликтами; - методики

		психическими отклонениями в состоянии здоровья. (Показания и противопоказания). Методика организации и проведения занятия по лечебной верховой езде. Подготовка иппотерапевтической лошади. Формирование и работа иппотерапевтической команды. Организация и проведение соревнований среди инвалидов. Программа Паралимпийского конного спорта.	воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - методы убеждения, аргументации своей позиции; - сущностные характеристики и типологию лидерства; - факторы эффективного лидерства лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. (УК-3.1) - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - предмет, цель, роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья; (ОПК-2.1) ***Умеет:*** - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в том числе, участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; - планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; - общаться с детьми, детьми-инвалидами, признавать их достоинство, понимая и принимая их; - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, в том числе, паралимпийцев, сурдлимпийцев, специальных олимпийцев, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; - составить психолого-педагогическую характеристику (профиль) личности;

			- устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; - применять технологии развития лидерских качеств и умений; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы. (УК-3.2) - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - осуществлять образование лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся. (ОПК-2.2) ***Имеет опыт:*** - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности. (УК-3.3) - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - опытом обобщения и анализа информации. (ОПК-2.3)
3.	Дельфинотерапия	Дельфинотерапия как метод реабилитации и социальной адаптации. Понятие дельфинотерапии. Особенности воздействия дельфина на человека. Применение дельфинотнрапии в реабилитации людей с физическими и психическими	***Знает:*** - функции и средства общения; - психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, состоянию здоровья, этническим и религиозным признакам и др.); - источники, причины и способы управления конфликтами; - методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - методы убеждения, аргументации своей позиции; - сущностные

		отклонениями в состоянии здоровья. (Показания и противопоказания.) Организация занятий дельфинотерапией. Содержание занятия по дельфинотерапии.	характеристики и типологию лидерства; - факторы эффективного лидерства лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. (УК-3.1) - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - предмет, цель, роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья; (ОПК-2.1) ***Умеет:*** - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в том числе, участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; - планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; - общаться с детьми, детьми-инвалидами, признавать их достоинство, понимая и принимая их; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, в том числе, паралимпийцев, сурдлимпийцев, специальных олимпийцев, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; - составить психолого-педагогическую характеристику (профиль) личности; - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; -применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические

			упражнения, групповые нормы. (УК-3.2) - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - осуществлять образование лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся. (ОПК-2.2) ***Имеет опыт:*** - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности. (УК-3.3) - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - опытом обобщения и анализа информации. (ОПК-2.3)
4	Канистерапия	Канистерапия как метод реабилитации людей с отклонениями в состоянии здоровья. Понятие канистерапии. История возникновения и развития. Применение канистерапии в реабилитации людей с физическими и психическими отклонениями в состоянии здоровья. Показания и противопоказания. Формы и методы организации и проведения занятий канистерапией.	***Знает:*** - функции и средства общения; - психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, состоянию здоровья, этническим и религиозным признакам и др.); - источники, причины и способы управления конфликтами; - методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - методы убеждения, аргументации своей позиции; - сущностные характеристики и типологию лидерства; - факторы эффективного лидерства лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. (УК-3.1) - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - предмет, цель, роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья; (ОПК-2.1)

			-Законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; ***Умеет:*** - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в том числе, участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; - планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; - общаться с детьми, детьми-инвалидами, признавать их достоинство, понимая и принимая их; - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, в том числе, паралимпийцев, сурдлимпийцев, специальных олимпийцев, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; - составить психолого-педагогическую характеристику (профиль) личности; - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; - применять технологии развития лидерских качеств и умений; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы. (УК-3.2)

			- использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - осуществлять образование лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся. (ОПК-2.2) ***Имеет опыт:*** - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности. (УК-3.3) - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - опытом обобщения и анализа информации. (ОПК-2.3)

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция №1. **Анималотерапия – метод оздоровления, основанный на взаимодействии человека с животными.** Понятие анималотерапии. История возникновения и развития. Механизмы воздействия на организм человека. Функции и виды анималотерапии.	2
2	Лекция №2 **Иппотерапия как метод реабилитации людей с отклонениями в состоянии здоровья.** История возникновения и развития (в России и за рубежом). Иппотерапия в системе адаптивной физической культуры. Основные понятия и термины. Классификация. Цели и задачи иппотерапии. Механизмы терапевтического воздействия. Общие показания и противопоказания. Условия для проведения занятий по иппотерапии.	2
2	Лекция № 3 **Методика организации и проведения занятий по иппотерапии.** Специфика реабилитации с использованием лошади. Отбор и подготовка лошадей для иппотерапии. Подготовка инструкторов по иппотерапии. Подбор, работа и обучение иппотерапевтической команды. Технологии проведения занятий по иппотерапии с различными нозологическими группами. Инвентарь. Экипировка всадника.	2
2	Лекция № 4 **Организация и проведение соревнований по конному спорту среди инвалидов.** Программа Паралимпийского конного спорта. Организация и проведение соревнований по выездке и конкуру среди инвалидов. Конный спорт для лиц с интеллектуальными нарушениями. Организация и проведение конноспортивных соревнований по	2

	программе Специальной Олимпиады. Правила соревнований.	
3	Лекция № 5. **Дельфинотерапия как метод реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья.** Определение понятия дельфинотерапия. История возникновения и развития. Цель, задачи и методы дельфинотерапии, как средства оздоровления организма человека. Основные механизмы воздействия на организм человека**.** Виды дельфинотерапии. Общие показания и противопоказания. Роль и место дельфинотерапии в комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Направления дельфинотерапии.	2
4	Лекция № 6. **Канистерапия как метод реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья** Определение понятия канистерапия. История возникновения и развития. Цель, задачи и методы канистерапии, как средства оздоровления организма человека. Основные механизмы воздействия на организм человека. Виды канистерапии. Общие показания и противопоказания.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
2	Семинар №1. **Иппотерапия при нарушениях опорно-двигательного аппарата и неврологических заболеваниях** 1. Краткая характеристика клинических проявлений при основных соматических заболеваниях (ампутации конечностей, детский церебральный паралич, травмы и повреждения ЦНС, рассеянный склероз, инсульты, артриты, артрогрипозы, миелопатии, полиомиелит, эпилепсия, серповидоклеточная анемия, spina bifida, искревления позвоночника, нарушения осанки) 2. Особенности организации занятий по иппотерапии при соматических заболеваниях: ампутации конечностей, детский церебральный паралич, травмы и повреждения ЦНС, рассеянный склероз, инсульты, эпилепсия, артриты, артрогрипозы, миелопатии, полиомиелит, серповидоклеточная анемия, spina bifida, искривления позвоночника, нарушения осанки. **ТК-1** Доклад по теме «Анималотерапия».	2
2	Семинар №2. **Иппотерапия при патологиях органов чувств и нарушениях речи** 1. Краткая характеристика психофизического развития лиц с сенсорными нарушениями (с нарушением зрения, с нарушением слуха, со сложными сочетанными нарушениями) и нарушениями речи. 2. Особенности организации занятий по иппотерапии с лицами, имеющими сенсорные нарушения (нарушения зрения, слуха, сочетанные нарушения) и нарушения речи. **ТК -2** Составление протокола оценки двигательных возможностей ребенка.	2
2	**Семинар №3. Иппотерапия лиц с психическими и интеллектуальными нарушениями.** **1.** Краткая характеристика основных нарушений (задержка психического развития, аутизм, умственная отсталость,	2

	девиантное поведение, шизофрения, неврозы, фобии). **2.** Использование лошади в психиатрии и психотерапии. **3.** Особенности организации и проведения занятий по психотерапевтической верховой езде. **ТК-3** Разработка и написание конспекта (участие в проведении) занятия по иппотерапии с учетом нозологической группы, степени тяжести и формы заболевания.	
2	Семинар №4 **Методика организации и проведения занятий по иппотерапии** **1.** Терапевтическая лошадь. Выбор и поготовка лошадей для иппотерапии. Стандарты поведения терапевтической лошади. **2.** Инструктор по иппотерапии: определение и обязанности. Система оценки кандидата в иппотерапевты. Методы работы с лошадью и создание безопасной среды вокруг занимающегося. Три основные направления иппотерапии и специфические цели внутри каждого (сенсо-моторные навыки, развитие когнитивных способностей, эмоциональное развитие). **3.** Основные документы. Протоколы оценки лошади, инструктора, пациента. Конспект занятия по иппотрапии. Индивидуальная программа реабилитации. **ТК-4** Разработка и написание индивидуального плана реабилитации средствами иппотерапии для человека с отклонениями в состоянии здоровья.	2
2	**Семинар №5 Адаптивный конный спорт.** 1. Виды конного спорта, входящие в паралимпийскую программу. Правила соревнований. 2. Конный спорт для лиц с интеллектуальными нарушениями. Особенности организации и проведения. Правила соревнований по программе Специальной Олимиады. 3. Особенности подготовки спортивной лошади. 4. Снаряжение для выездки и конкура. 5. Маршруты для выездки и конкура. **ТК-5** Письменное задание по теме: **«Иппотерапия»**	2
3	**Семинар № 6. Применение дельфинотерапии в реабилитации людей с соматическими заболеваниями.** Роль и место дельфинотерапии в комплексной реабилитации лиц с соматическими заболеваниями. Механизмы терапевтического воздействия: сонофоретическая модель, ультразвуковое воздействие, кавитация, точечный массаж, гидромассаж. Использование дельфинотерапия при детском церебральном параличе. **ТК-6** Письменное задание по теме «Дельфинотерапия».	2
3	**Семинар № 7. Применение дельфинотерапии в реабилитации людей с интеллектуальными нарушениями.** Роль и место дельфинотерапии в комплексной реабилитации лиц с психическими нарушениями. Механизмы терапевтического воздействия. Использование дельфинотерапия при раннем детском аутизме, задержке психического развития, синдроме Дауна. **ТК-7** Конспект занятия по дельфинотерапии.	2
4	**Семинар № 8. Применение канис-терапии в реабилитации людей с физическими и психическими отклонениями в состоянии здоровья.** Роль и место канис-терапии в комплексной реабилитации лиц с	2

	соматическими заболеваниями. Применение канис-терапии в реабилитации постинсультных состояний. **ТК-8** Письменное задание на тему «Канистерапия».	
4	**Семинар № 9**. **Применение канис-терапии в реабилитации людей с физическими и психическими отклонениями в состоянии здоровья.** Применение канис-терапии при лечении психических заболеваний детей и подростков. Канис-терапия в специальной педагогике. **ТК -9.** Конспект занятия по канис-терапии.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция №1. **Анималотерапия – метод оздоровления, основанный на взаимодействии человека с животными.** Понятие анималотерапии. История возникновения и развития. Механизмы воздействия на организм человека. Функции и виды анималотерапии. Иппотерапия в системе адаптивной физической культуры. **ТК-1.** Письменный опрос по теме «Анималотерапия».	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
2	Семинар №1. **Иппотерапии лиц с отклонениями в состоянии здоровья.** Иппотерапия при нарушениях опорно-двигательного аппарата и детских церебральных параличах. Иппотерапия при нарушениях органов чувств и неврологических заболеваниях. Иппотерапия при психических заболеваниях и социальной дезадаптации. Иппотерапия в реабилитации лиц с умственной отсталостью. Иппотерапия при нарушениях речи и проблемах в обучении. Терапевтическая лошадь. Выбор и поготовка лошадей для иппотерапии. Стандарты поведения терапевтической лошади. Инструктор по иппотерапии: определение и обязанности. Система оценки кандидата в иппотерапевты. Методы работы с лошадью и создание безопасной среды вокруг занимающегося. Три основные направления терапии и специфические цели внутри каждого (сенсо-моторные навыки, развитие когнитивных способностей, эмоциональное развитие). Основы техники верховой езды (особенности использования рук, ног и корпуса при управлении лошадью). Навыки верховой езды необходимые кандидату в иппотерапевты. Специальные навыки верховой езды: езда вдвоем, езда в повозке, вольтижировка. Основные документы. Протоколы оценки лошади, инструктора, пациента. Конспект занятия по иппотрапии. Индивидуальная программа реабилитации. **ТК-2** Разработка и написание конспекта занятия по иппотерапии.	2
3,4	Семинар №2**. Применение дельфинотерапии и канистерапии в**	2

	реабилитации лиц различных половозрастных и нозологических групп. Роль и место дельфинотерапии в комплексной реабилитации лиц с соматическими заболеваниями. Механизмы терапевтического воздействия: сонофоретическая модель, ультразвуковое воздействие, кавитация, точечный массаж, гидромассаж. Использование дельфинотерапия при детском церебральном параличе. Роль и место дельфинотерапии в комплексной реабилитации лиц с психическими заболеваниями. Дельфинотерапия в реабилитации дипрессивных состояний, аутизма, умственной отсталости. Основа психотерапевтического эффекта: особенности строения дельфина, аллеломиметическое поведение, болеутоляющий эффект. Методика организации и проведения занятий канис-терапией. Продолжительность курса. Виды и содержание занятий. Подготовка собак, волонтеров и специалистов по канис-терапии. Конспект занятия. ***ТК-3*** Разработка и написание конспекта занятия по дельфинотерапии.	
	КР. Контрольная работа: Составление и написание индивидуального плана реабилитации человека с отклонениями в состоянии здоровья, средствами анималотерапии.	

Неотъемлемой частью рабочей программы являются приложения. К рабочей программе прилагаются:

Приложение 1. Фонд оценочных средств по дисциплине.

Приложение 2. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Неретина, Т. Г. Профилактика профессиональной деформации педагогов : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 224 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602398
2. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев ; под общ. ред. С.П. Евсеева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. — 2-е изд., стер. — Москва : Спорт-Человек, 2020. — 616 с. — ISBN 978-5-907225-56-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/165141 .— Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Коган, О.С. Основы оздоровительной верховой езды : курс лекций / О.С. Коган, С.Д. Галиуллина, Н.А. Никитина ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования "Уфимский государственный университет экономики и сервиса" (УГУЭС). – Уфа : Уфимский государственный университет экономики и сервиса, 2015. – 55 с. : ил., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=445134
3. Применение средств доступного туризма при аутизме : учебно-методическое пособие / сост. О.С. Коган, С.Д. Галиуллина, Л.В. Меркулова ; Министерство образования и науки Российской Федерации и др. – Уфа : Уфимский государственный университет экономики и сервиса, 2015. – 38 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=445136
4. Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы : учебное пособие / С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, А.И. Малышев [и др.]; под ред. С. П. Евсеева, С. Ф. Курдыбайло. - М. : Сов. спорт, 2010. - 487 с. : ил.
5. Частные методики адаптивной физической культуры : учебник / [под ред Л.В.Шапковой]. - Москва : Советский спорт, 2009. - 603 с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Мультимедийное сопровождение лекций.
2. Информационный фонд библиотек.
3. Интернет-ресурс.
4. Компьютерная внутривузовская сеть.
5. Оборудование аудитории для мультимедийного сопровождения занятий.
6. Аудио-видеоаппаратура.

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляется адаптированная рабочая программа дисциплины с учетом потребностей нозологических групп. Для освоения дисциплиныобучающимися с ограниченными возможностями здоровья обеспечены следующие специальные условия:

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья **по зрению:**
- Предоставляетсяальтернативная версия официального сайта в сети «Интернет» для слабовидящих. www.lesgaft.spb.ru.
- В доступных для обучающихся (слепых и слабовидящих), местах и в адаптированной форме размещается информация.
- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья **по слуху:**
- Предоставляется мультимедийное сопровождение учебной дисциплины в виде презентаций с использованием программы POWER POINT и других.
- По обращению студентов предоставляются услуги переводчика жестового языка.
- При изучении дисциплины предоставляется возможность пользоваться в аудитории слуховыми аппаратами.
-Для студентов с ограниченными возможностями здоровья, имеющих **нарушения опорно-двигательного аппарата:**
- Обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения, в котором преподается дисциплина.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра теории и методики адаптивного спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Эрготерапия в адаптивной физической культуре

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы магистратуры по направлению подготовки
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)
Профиль подготовки: «Физическая реабилитация»

_____ **Шевцов А.В.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ Аксенов А.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Авторы-разработчики:
канд. пед. наук, доцент, зав. кафедрой ТиМАС Аксенов А.В.
д-р пед. наук, профессор., проф. кафедры ТиМАС Евсеева О.Э.
Преп. кафедры ТиМАС Жирнова А.Д.

Санкт-Петербург 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе в 6 семестре по очной форме обучения, на 4 курсе в 8 семестре по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Командная работа и лидерство	**УК-3.** Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде
Общепрофессиональные компетенции	
Обучение	**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

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-3.	**УК-3.1.** Знает: - функции и средства общения; - психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, состоянию здоровья, этническим и религиозным признакам и др.); - источники, причины и способы управления конфликтами; - методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - методы убеждения, аргументации своей позиции; - сущностные характеристики и типологию лидерства; - факторы эффективного лидерства лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. **УК-3.2.** Умеет: - эффективно	**Знает:** - функции и средства общения; - психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, состоянию здоровья, этническим и религиозным признакам и др.); - источники, причины и способы управления конфликтами; - методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - методы убеждения, аргументации своей позиции; - сущностные характеристики и типологию лидерства; - факторы эффективного лидерства лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. **Умеет:** - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в том числе, участвовать в обмене

	взаимодействовать с другими членами команды, в том числе, участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; - планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; - общаться с детьми, детьми-инвалидами, признавать их достоинство, понимая и принимая их; - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, в том числе, паралимпийцев, сурдлимпийцев, специальных олимпийцев, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; - составить психолого-педагогическую характеристику (профиль) личности; - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; - применять технологии развития лидерских качеств и умений; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы	информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; - планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; - общаться с детьми, детьми-инвалидами, признавать их достоинство, понимая и принимая их; - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, в том числе, паралимпийцев, сурдлимпийцев, специальных олимпийцев, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; - составить психолого-педагогическую характеристику (профиль) личности; - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; - применять технологии развития лидерских качеств и умений; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы **Имеет опыт:** - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности.

	УК-3.3. Имеет опыт: - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности.	
ОПК-2.	**ОПК -2.1** Знает: - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - предмет, цель, роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья; **ОПК-2.2.** Умеет: - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - осуществлять образование лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся **ОПК-2.3.** Имеет опыт: - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - опытом обобщения и анализа информации.	**Знает:** - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - предмет, цель, роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья; **Умеет:** - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - осуществлять образование лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся **Имеет опыт:** - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - опытом обобщения и анализа информации.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		36						36		
В том числе:										
Занятия лекционного типа		12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		18						18		
Промежуточная аттестация (экзамен)		6						6		
Самостоятельная работа студента		36						36		
Общая трудоемкость	**часы**	**72**						**72**		
	зачетные единицы	**2**						**2**		

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		10								10	
В том числе:											
Занятия лекционного типа		2								2	
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		4								4	
Промежуточная аттестация (экзамен)		4								4	
Самостоятельная работа студента		62								62	
В том числе: контрольная работа		20								20	
Общая трудоемкость	**часы**	**72**								**72**	
	зачетные единицы	**2**								**2**	

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	**Тема 1. Введение в эрготерапию**	История развития эрготерапии. Физическая терапия и эрготерапия.	Знает: - методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - теорию и методику адаптивной физической культуры. Умеет: - использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся; - использовать методически обоснованные комплексы упражнений общей физической подготовки. Имеет опыт: - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности; - опытом обобщения и анализа информации; - Разработки плана проведения занятий по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта;
2.	**Тема 2. Эрготе-рапевтические средства**	Общая характеристика средств эрготерапии. Клинико-физиологическое обоснование применения средств эрготерапии у лиц с двигательными нарушениями. Эрготерапевтические средства, приме-	Знает: - общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности и правила оказания первой помощи при проведении тренировочных мероприятий по виду адаптивного спорта; - предмет, цель, роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - функции и средства общения.

		няемые для тренировки мелкой моторики. Правила подбора и особенности применения вспомогательных средств для тренировки повседневных навыков бытового самообслуживания. Эрготерапевтические средства, применяемые для тестирования и тренировки внимания, памяти и мышления. Эрготерапевтические средства, применяемые для тестирования у лиц с сенсорными нарушениями. Клинико-физиологическое обоснование применения трудотерапии в процессе лечения. Профессионально-ориентационный, диагностический и тренирующий аспект трудотерапии. Терапия занятостью. Творчество в эрготерапии. Особенности и правила работы с древесиной, с глиной, с текстилем, с лозой, с соломой и бисером.	Умеет: - определять признаки переутомления, перенапряжения, варьировать степенью и направленностью физической нагрузки; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы. Имеет опыт: - разработки индивидуального адаптационного курса тренировок для спортсмена - члена спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта, адаптационного курса тренировок для спортивной сборной команды; - овладения профессиональной терминологией; - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности.
3.	**Тема 3. Эрготерапия в педиатрии и гериатрии**	Место и значение эрготерапии в индивидуальной программе реабилитации детей с различными нозологическими	Знает: - общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности и правила оказания первой помощи при проведении тренировочных мероприятий по виду адаптивного спорта; - предмет, цель, роль

		группами. Эрготерапия при ДЦП. Эрготерапия у детей с нарушением интеллектуального развития. Эрготерапия у детей с нарушением эмоционально-волевой сферы (ранним детским аутизмом). Эрготерапия при заболеваниях с прогрессирующей мышечной атрофией. Эрготерапия незрячих и слабовидящих. Эрготерапия у детей с нарушением слуха и речи. Учет возрастных изменений при оказании эрготерапевтической помощи пожилым людям. Организация свободного времени пожилых людей.	и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - функции и средства общения. Умеет: - определять признаки переутомления, перенапряжения, варьировать степенью и направленностью физической нагрузки; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы. Имеет опыт: - разработки индивидуального адаптационного курса тренировок для спортсмена - члена спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта, адаптационного курса тренировок для спортивной сборной команды; - овладения профессиональной терминологией; - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности.
4.	**Тема IV. Эрготерапия в ортопедии**	Эрготерапевтическое обследование лиц при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Эрготерапия при травмах и заболеваниях плечевого и локтевого сустава. Эрготерапия при дистрофических поражениях позвоночника. Эрготерапия при ампутациях конечностей. Эрготерапия лиц с	Знает: - методы убеждения, аргументации своей позиции; - предмет, цель, роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений. Умеет: - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - определять признаки переутомления, перенапряжения, варьировать степенью и

		позвоночно-спинно-мозговой травмой. Эрготерапия при эндопротезировании тазобедренного сустава.	направленностью физической нагрузки; Имеет опыт: - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности; - составления индивидуальных программ; - выявление признаков переутомления, перенапряжения, регулирование физической нагрузки спортсменов - членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта во время проведения занятий.

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА
ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	**Лекция №1.** История возникновения и развития эрготерапии. **План лекции:** История возникновения эрготерапии в России и за рубежом. Сравнительный анализ работы эрготерапевта за Рубежом и в нашей стране.	**2**
1.	**Лекция №2.** Введение в физическую терапию и эрготерапию. **План лекции:** Понятие эрготерапии. Основные направления эрготерапии. Задачи эрготерапии. Цели эрготерапии. Естественные и природные методы физической терапии. Виды физической терапии и их классификация. Задачи физической терапии. Принципы эрготерапии и физической терапии. Отличительные особенности физической терапии от эрготерапии.	**2**
2.	**Лекция №3.** Эрготерапевтические средства **План лекции:** Основные группы эрготерапевтических средств, их классификация. Использование эрготерапевтических средств при работе с людьми с физическими, когнитивными или психическими дисфункциями. Понятие «жить полноценной жизнью». Значение эрготерапевтических средств для обеспечения независимости и самостоятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья в повседневной жизни.	**2**
3.	**Лекция №4.** Эрготерапия в педиатрии. **План лекции:** Основные принципы и цели эрготерапии у детей с различными нозологическими группами. Место и значение эрготерапии в индивидуальной программе реабилитации детей с различными нозологическими группами.	**2**

3.	**Лекция №5**. Эрготерапия в гериатрии. **План лекции:** Основные принципы и цели эрготерапии у лиц пожилого возраста. Учет возрастных изменений при оказании эрготерапевтической помощи пожилым людям. Организация свободного времени пожилых людей.	**2**
4.	**Лекция №6.** Эрготерапия в ортопедии. **План лекции:** Основные принципы и цели эрготерапии у лиц с поражением опорно-двигательного аппарата. Эрготерапевтическое обследование лиц при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.	**2**

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	Кол-во часов
2.	**Практическое занятие №1.** Эрготерапевтические средства, применяемые для тренировки мелкой моторики. ***Вопросы для обсуждения:*** Виды упражнений, направленных на тренировку мелкой моторики и развитие функции кисти. Тестотерапия. Показания и противопоказания. Подбор средств в зависимости от нарушенных функций.	**2**
2.	**Практическое занятие №2.** Правила подбора и особенности применения вспомогательных средств для тренировки повседневных навыков бытового самообслуживания. ***Вопросы для обсуждения:*** Вспомогательные средства, применяемые в эрготерапии, их. Область применения. Правила подбора средств в зависимости от индивидуальных особенностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Особенности применения вспомогательных средств.	**2**
2.	**Практическое занятие №3.** Эрготерапевтические средства, применяемые для тестирования и тренировки внимания, памяти и мышления. Эрготерапевтические средства, применяемые для тестирования у лиц с сенсорными нарушениями. ***Вопросы для обсуждения:*** Тесты двигательного развития ребенка с поражением мозга. Нейрофизиологические методики терапии.	**2**
2.	**Практическое занятие №4.** Профессионально-ориентационный, диагностический и тренирующий аспект трудотерапии. Терапия занятостью. Творчество в эрготерапии. ***Вопросы для обсуждения:*** Рассмотреть влияние творческих видов работ на физическое, психическое и эмоциональное состояние лиц с ограниченными возможностями здоровья. Рассмотреть задачи, приемы и методы формирования технических и естественнонаучных знаний средствами творческой деятельности. Учет интересов и возможностей лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья при выборе деятельности. Использование принципов постепенности и последовательности в работе с разными материалами.	**2**
3.	**Практическое занятие №5.** Эрготерапия при ДЦП. Эрготерапия у детей с нарушением интеллектуального развития. Эрготерапия у детей с нарушением эмоционально-волевой сферы (ранним детским аутизмом). ***Вопросы для обсуждения:*** Тесты двигательного развития ребенка с поражением мозга.	**2**

	Нейрофизиологические методики терапии (методика Бабатова, сенсорно-интеграционная терапия). Методика обучения детей с ЦП навыкам самообслуживания. Развитие и тренировка моторики. Трудовая и игровая деятельность. Развитие когнитивных функций у детей с церебральным параличом.	
3.	**Практическое занятие №6.** Эрготерапия незрячих и слабовидящих. Эрготерапия у детей с нарушением слуха и речи. Эрготерапия при заболеваниях с прогрессирующей мышечной атрофией. ***Вопросы для обсуждения:*** Характеристика наиболее часто встречающихся заболеваний, приводящих к слепоте. Понятие о слепоте и ее классификация у незрячих. Эрготерапевтические средства, применяемые у незрячих. Современные технические средства, применяемые в работе с детьми, имеющими нарушения слуха. Эрготерапевтические средства и приемы, направленные на повышение независимости и самостоятельности детей с нарушением слуха и речи. Классификация мышечной атрофии. Значение эрготерапии, цели и задачи. Оценка мышечного тонуса. Роль трудотерапии. Особенности профессиональной ориентации и организации обучения детей с прогрессирующей мышечной атрофией.	**2**
3.	**Практическое занятие №7.** Учет возрастных изменений при оказании эрготерапевтической помощи пожилым людям. Организация свободного времени пожилых людей. ***Вопросы для обсуждения:*** Естественные и патологические проявления старения: изменения в костно-мышечной системе, неврологическом статусе, психической сфере. Нарушения жизнедеятельности. Возрастные нарушения зрения и слуха. Диагностика возрастных изменений у лиц пожилого возраста. Использование эрготерапевтических средств для профилактики и компенсации возрастных нарушений координации, когнитивных и эмоционально-волевых изменений. Распорядок дня, структурирование времени. Значение деятельности для пожилых. Выбор деятельности в зависимости от интересов и потребностей для лиц пожилого возраста. Возможные виды деятельности. Организация рабочего места.	**2**
3.	**Практическое занятие №8**. Эрготерапия при дистрофических поражениях позвоночника. Эрготерапия лиц с позвоночно-спинно-мозговой травмой. ***Вопросы для обсуждения:*** Позвоночно-спинномозговая травма – определение, тип и характер травмы, осложнения и последствия повреждений позвоночника и спинного мозга. Задачи эрготерапевта на каждом периоде позвоночно-спинномозговой травмы. Особенности эрготерапевтической помощи в период иммобилизации, функциональной и тренирующем периодах.	**2**
4.	**Практическое занятие №9.** Эрготерапия при травмах и заболеваниях плечевого и локтевого сустава. Эрготерапия при ампутациях конечностей. Эрготерапия при эндопротезировании тазобедренного сустава. ***Вопросы для обсуждения:*** Диагностика. Биомеханические особенности плечевого сустава. Цели и задачи эрготерапии. Подбор эрготерапевтических упражнений для плечевого сустава. Диагностика нарушения функции локтевого сустава. Биомеханические особенности локтевого сустава. Цели и задачи эрготерапии в восстановлении функций. Подбор и освоение	**2**

	эрготерапевтических упражнений и методик. Причины, приводящие к замене тазобедренного сустава. Особенности работы эрготерапевта до и после эндопротезирования тазобедренного сустава. Биомеханические особенности строения и функционирования искусственного тазобедренного сустава.	

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1-2.	**Лекция №1.** Введение в эрготерапию. Эрготерапевтические средства. **План лекции:** История развития эрготерапии. Физическая терапия и эрготерапия. Общая характеристика средств эрготерапии. Клинико-физиологическое обоснование применения средств эрготерапии у лиц с двигательными нарушениями. Правила подбора и особенности применения вспомогательных средств для тренировки повседневных навыков бытового самообслуживания.	**2**

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	Кол-во часов
3.	**Практическое занятие №1.** Эрготерапия в педиатрии и гериатрии. ***Вопросы для обсуждения:*** Место и значение эрготерапии в индивидуальной программе реабилитации детей с различными нозологическими группами. Учет возрастных изменений при оказании эрготерапевтической помощи пожилым людям. Эрготерапия при ДЦП. Эрготерапия у детей с нарушением интеллектуального развития. Эрготерапия у детей с нарушением эмоционально-волевой сферы (ранним детским аутизмом). Эрготерапия при заболеваниях с прогрессирующей мышечной атрофией. Эрготерапия незрячих и слабовидящих. Эрготерапия у детей с нарушением слуха и речи. Учет возрастных изменений при оказании эрготерапевтической помощи пожилым людям. Организация свободного времени пожилых людей.	**2**
4.	**Практическое занятие №2.** Эрготерапия в ортопедии. ***Вопросы для обсуждения:*** Эрготерапевтическое обследование лиц при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Эрготерапия при травмах и заболеваниях плечевого и локтевого сустава. Эрготерапия при дистрофических поражениях позвоночника. Эрготерапия при ампутациях конечностей. Эрготерапия лиц с позвоночно-спинномозговой травмой. Эрготерапия при эндопротезировании тазобедренного сустава.	**2**

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. 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. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278526

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Современные проблемы адаптивной физической культуры и ее видов : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, А.А. Грачиков, А.В. Аксенов ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. — 136 с. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев ; под общ. ред. С.П. Евсеева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367
3. Хорошилова, Л.С. Социальная реабилитация : курс лекций / Л.С. Хорошилова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 162 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278893
4. Хорошилова, Л. С. Технология социальной реабилитации отдельных категорий инвалидов : учебное пособие / Л. С. Хорошилова ; Кемеровский государственный университет. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 122 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278894

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/

- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Эрготерапия в адаптивной физической культуре» не требует специального материально-технического обеспечения, однако при этом желательно наличие компьютерной техники и современных средств публичной демонстрации визуального материала (мультимедиа) в учебной аудитории.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Допускается замена оборудования его виртуальными аналогами.

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляется адаптированная рабочая программа дисциплины с учетом потребностей нозологических групп. Для освоения дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья обеспечены следующие **специальные условия**:

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья ***по зрению:***

- Предоставляется альтернативная версия официального сайта в сети «Интернет» для слабовидящих. www.lesgaft.spb.ru.

- В доступных для обучающихся ***(слепых и слабовидящих***), местах и в адаптированной форме размещается информация.

- Для студентов с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- Предоставляется мультимедийное сопровождение учебной дисциплины в виде презентаций с использованием программы POWER POINT и других.

- По обращению студентов предоставляются услуги переводчика жестового языка.

- При изучении дисциплины предоставляется возможность пользоваться в аудитории слуховыми аппаратами.

-Для студентов с ограниченными возможностями здоровья, имеющих ***нарушения опорно-двигательного аппарата:***

- Обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения, в котором преподается дисциплина.