

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)

ЧАСТЬ 3

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):

Адаптивный спорт

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная/Заочная

Санкт-Петербург 2019, 2020, 2021

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

СПОРТИВНОЕ СУДЕЙСТВО В АДАПТИВНОМ 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)

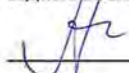
Направленность (профиль):

Адаптивный спорт

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
Адаптивный спорт

 Аксенов А.В.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
« 17 » 06 2019 г., протокол № 20

Зав. кафедрой  Евсеев С.П.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
« 20 » 06 2019 г., протокол № 14

Авторы-разработчики:
Евсеев С.П. Заведующий кафедрой ТИМАФК, д-р.
пед. наук, профессор 
Шелехов А.А. Декан факультета образовательных
технологий АФК, канд. пед. наук. 

Санкт-Петербург 2019

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

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе 6 семестре по очной форме обучения, на 4 курсе 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
Универсальные компетенции	
Общепрофессиональные компетенции	
Профессиональные компетенции	
Развивающий	ПК-3. Способен обеспечивать контроль за выполнением правил по виду адаптивного спорта

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ПК-3.	<p>ПК-3.1. Знает: - Законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; -квалификационные требования к спортивным судьям по виду спорта; - правила вида спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию.</p> <p>ПК-3.2. Умеет: - анализировать события и технические действия участников с точки зрения правил вида спорта и положения и регламента спортивных соревнований; - выявлять факторы нарушений правил вида спорта участниками, спортивными судьями или третьими лицами и принимать решения по таким инцидентам; - использовать жесты и иные сигнальные системы, принятые в соответствующем виде спорта</p>	<p>Знает: -Законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; - квалификационные требования к спортивным судьям по виду спорта; - правила вида спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию.</p> <p>Умеет: - анализировать события и технические действия участников с точки зрения правил вида спорта и положения и регламента спортивных соревнований; - выявлять факторы нарушений правил вида спорта участниками, спортивными судьями или третьими лицами и принимать решения по таким инцидентам; - использовать жесты и иные сигнальные системы, принятые в</p>

	<p>ПК-3.3. Имеет опыт: - контроля и соблюдения правил вида спорта и положения и регламента о спортивном соревновании участниками соревнования по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивного соревнования, спортивными судьями спортивного направления ли этапа, третьими лицами; - контроля подачи обязательных для выполнения участниками соревнования и спортивными судьями сигналов, регулирующих ход соревнования по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивных соревнований, в соответствии с правилами вида спорта.</p>	<p>соответствующем виде спорта Имеет опыт: - контроля и соблюдения правил вида спорта и положения и регламента о спортивном соревновании участниками соревнования по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивного соревнования, спортивными судьями спортивного направления ли этапа, третьими лицами; - контроля подачи обязательных для выполнения участниками соревнования и спортивными судьями сигналов, регулирующих ход соревнования по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивных соревнований, в соответствии с правилами вида спорта.</p>
--	---	---

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)	27						27		
Самостоятельная работа студента	95						95		
Общая трудоемкость	часы						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	24									24	
В том числе:											
Занятия лекционного типа	10									10	
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	14									14	
Промежуточная аттестация (экзамен)	9									9	
Самостоятельная работа студента	183									183	
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.	Введение в дисциплину спортивное судейство в адаптивном спорте	<p>Исторический анализ эволюции роли и функций спортивного судьи.</p> <p>Современное состояние спортивного судейства и роли спортивных судей в обеспечении равных прав спортсменов.</p> <p>Виды и функций спортивных судей в различных спортивных дисциплинах.</p> <p>Правовая база регламентирующая деятельность судей в РФ.</p> <p>Структура и функции организаций, регламентирующих деятельность спортивных судей в РФ.</p> <p>Профессиональный стандарт «Спортивный судья»</p> <p>Документы, необходимые</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; - квалификационные требования к спортивным судьям по виду спорта; - правила вида спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать события и технические действия участников с точки зрения правил вида спорта и положения и регламента спортивных соревнований; - выявлять факторы нарушений правил вида спорта участниками, спортивными судьями или третьими лицами и принимать решения по таким инцидентам; - использовать жесты и иные сигнальные системы, принятые в соответствующем виде спорта <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - контроля и соблюдения правил вида спорта и положения и регламента о спортивном

		<p>для проведения соревнований по дисциплинам адаптивного спорта, и требований к ним. Требования к профессиональным и личным качествам спортивного судьи</p>	<p>соревновании участниками соревнования по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивного соревнования, спортивными судьями спортивного направления ли этапа, третьими лицами; - контроля подачи обязательных для выполнения участниками соревнования и спортивными судьями сигналов, регулирующих ход соревнования по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивных соревнований, в соответствии с правилами вида спорта.</p>
2.	<p>Особенности судейства в адаптивном спорте</p>	<p>Особенности судейства командных и индивидуальных спортивных дисциплин адаптивного спорта. Особенности судейства дисциплин спорта: лиц с поражением ОДА, дисциплин спорта лиц с нарушением слуха, лиц с нарушением зрения, лиц с нарушением интеллекта. Особенности судейства, обусловленные требованиями, правилами и философией Special Olympic.</p> <p>Требования к судье и материально-техническому обеспечению мероприятий ВФСК ГТО для инвалидов. Современные тенденции и подходы к объективизации спортивного судейства. Технические и цифровые средства и методы, используемых в практике судейства соревновательной деятельности.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; - квалификационные требования к спортивным судьям по виду спорта; - правила вида спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать события и технические действия участников с точки зрения правил вида спорта и положения и регламента спортивных соревнований; - выявлять факторы нарушений правил вида спорта участниками, спортивными судьями или третьими лицами и принимать решения по таким инцидентам; - использовать жесты и иные сигнальные системы, принятые в соответствующем виде спорта <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - контроля и соблюдения правил вида спорта и положения и регламента о спортивном соревновании участниками соревнования по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивного соревнования, спортивными судьями спортивного направления ли этапа, третьими лицами; - контроля подачи обязательных для выполнения участниками

			соревнования и спортивными судьями сигналов, регулирующих ход соревнования по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивных соревнований, в соответствии с правилами вида спорта.
3	Проблемы спортивного судейства. Пути решения	Актуальные проблемы спортивного судейства. Современные тенденции, подходы и методы решения проблем спортивного судейства	<p>Знает: - Законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; - квалификационные требования к спортивным судьям по виду спорта; - правила вида спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию.</p> <p>Умеет: - анализировать события и технические действия участников с точки зрения правил вида спорта и положения и регламента спортивных соревнований; - выявлять факторы нарушений правил вида спорта участниками, спортивными судьями или третьими лицами и принимать решения по таким инцидентам; - использовать жесты и иные сигнальные системы, принятые в соответствующем виде спорта</p> <p>Имеет опыт: - контроля и соблюдения правил вида спорта и положения и регламента о спортивном соревновании участниками соревнования по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивного соревнования, спортивными судьями спортивного направления ли этапа, третьими лицами; - контроля подачи обязательных для выполнения участниками соревнования и спортивными судьями сигналов, регулирующих ход соревнования по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивных соревнований, в соответствии с правилами вида спорта.</p>

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 38 ч.

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	Лекция № 1 История спортивного судейства. <i>Содержание занятия:</i> Исторический анализ эволюции роли и функций спортивного судьи.	2
1.	Лекция № 2 Роль и место судей в современном спорте. <i>Содержание занятия:</i> Современное состояние спортивного судейства и роли спортивных судей в обеспечении равных прав спортсменов.	2
1	Лекция № 3 Виды судей в адаптивном спорте. Их функции <i>Содержание занятия:</i> Виды и функций спортивных судей в различных спортивных дисциплинах.	2
1	Лекция № 4 Ответственность спортивных судей. Цена ошибки спортивного судьи. <i>Содержание занятия:</i> В ходе лекционного занятия определяется зона ответственности спортивного судьи и последствия его решений для него, спортсменов и сточки зрения социальной оценки спортивного состязания	2
1	Лекция № 5 Система спортивного судейства в РФ. Правовая основа спортивной соревновательной деятельности в РФ. <i>Содержание занятия:</i> Изучение правовой базы регламентирующей деятельность судей в РФ. Изучение структуры и функций организаций регламентирующей деятельность спортивных судей в РФ	2
1	Лекция № 6 Подготовка спортивных судей. Профессиональный стандарт «Спортивный судья» <i>Содержание занятия:</i> Изучение основных положений профессионального стандарта «Спортивный судья»	2
1	Лекция № 7 Документы необходимые для проведения соревнований по дисциплинам адаптивного спорта <i>Содержание занятия:</i> Изучение перечня документов необходимых для проведения соревнований по дисциплинам адаптивного спорта, и требований к ним	2
1	Лекция № 8 Профессиограмма спортивного судьи в адаптивном спорте <i>Содержание занятия:</i> Анализ требований к профессиональным и личным качествам спортивного судьи	2
2	Лекция № 9 Особенности судейства в командных и индивидуальных спортивных дисциплинах <i>Содержание занятия:</i> Анализ специфических особенностей судейства командных и индивидуальных спортивных дисциплин адаптивного спорта	2
2	Лекция № 10 Судейство в спорте лиц с поражением опорно-	2

	двигательного аппарата <i>Содержание занятия:</i> Анализ специфических особенностей судейства дисциплин спорта лиц с поражением ОДА	
2	Лекция № 11 Судейство в спорте лиц с нарушением слуха <i>Содержание занятия:</i> Анализ специфических особенностей судейства дисциплин спорта лиц с нарушением слуха	2
2	Лекция № 12 Судейство в спорте лиц с нарушением зрения <i>Содержание занятия:</i> Анализ специфических особенностей судейства дисциплин спорта лиц с нарушением зрения	2
2	Лекция № 13 Судейство в спорте лиц с нарушением интеллекта <i>Содержание занятия:</i> Анализ специфических особенностей судейства дисциплин спорта лиц с нарушением интеллекта	2
2	Лекция № 14 Особенности спортивного судейства в соревнованиях Специальной Олимпиады <i>Содержание занятия:</i> Анализ специфических особенностей судейства, обусловленных требованиями, правилами и философией Special Olympic	2
2	Лекция № 15 Организация судейства мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов <i>Содержание занятия:</i> Анализ требований к судье и материально-техническому обеспечению мероприятий ВФСК ГТО для инвалидов	2
2	Лекция № 16 Пути объективизации спортивного судейства <i>Содержание занятия:</i> Современные тенденции и подходы к объективизации спортивного судейства.	2
2	Лекция № 17 Технические средства спортивного судейства <i>Содержание занятия:</i> Изучение технических и цифровых средств и методов используемых в практике судейства соревновательной деятельности	2
3	Лекция № 18 Проблемы спортивного судейства в современном спорте <i>Содержание занятия:</i> Анализ актуальных проблем спортивного судейства.	2
3	Лекция № 19 Пути решения проблем спортивного судейства в современном спорте <i>Содержание занятия:</i> Изучение современных тенденций, подходов и методов решения проблем спортивного судейства	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 56 ч.

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	Практическое занятие №1 История спортивного судейства. <i>Содержание занятия:</i> Защита и обсуждение устных докладов на тему: «Спортивное судейство на различных этапах развития спорта»	2
1	Практическое занятие № 2 Роль и место судей в современном спорте.	2

	<p><i>Содержание занятия:</i> Анализ современного состояние спортивного судейства и роли спортивных судей в обеспечении равных шансов спортсменов на победу.</p>	
1	<p>Практическое занятие № 3 Ответственность спортивных судей. Цена ошибки спортивного судьи. <i>Содержание занятия:</i> Анализ известных случаев ошибочных действия спортивного арбитра, повлекшие за собой серьезные последствия и отразившихся на судьбе : самого арбитра, спортсмена или изменившие отношения и правила спортивной дисциплины.</p>	2
1	<p>Практическое занятие № 4 Выдающиеся судьи в мировой спортивной истории <i>Содержание занятия:</i> <i>Текущий контроль:</i> Демонстрация, защита и обсуждение подготовленной презентации на тему : « Биография выдающегося спортивного судьи»</p>	2
1	<p>Практическое занятие № 5 Виды судей в адаптивном спорте. Их функции <i>Содержание занятия:</i> Анализ работы судейской бригады и распределения функций между судьями на примере различных соревнований по адаптивному спорту</p>	2
1	<p>Практическое занятие № 6 Система спортивного судейства в России <i>Содержание занятия:</i> Анализ правовой базы регламентирующей деятельность спортивных судей в РФ. Анализ структуры и функций организаций регламентирующей деятельность спортивных судей в РФ</p>	2
1	<p>Практическое занятие № 7 Профессиограмма спортивного судьи в адаптивном спорте <i>Содержание занятия:</i> <i>Текущий контроль:</i> Ситуационная игра. Решение кейса. Обсуждение</p>	2
1	<p>Практическое занятие № 8 Подготовка спортивных судей. Профессиональный стандарт «Спортивный судья» <i>Содержание занятия:</i> Анализ основных положений профессионального стандарта «Спортивный судья».</p>	2
1	<p>Практическое занятие № 9 Подготовка спортивных судей. Профессиональный стандарт «Спортивный судья» <i>Содержание занятия:</i> Анализ основных положений профессионального стандарта «Спортивный судья».</p>	2
2	<p>Практическое занятие № 10 Требования к физической подготовленности судей. <i>Содержание занятия:</i> Ситуационная игра – решение кейса (физическая подготовка спортивного судьи по дисциплине адаптивного спорта)</p>	2
2	<p>Практическое занятие № 11 Документы необходимые для проведения соревнований по дисциплинам адаптивного спорта <i>Содержание занятия:</i></p>	

	<i>Текущий контроль</i> <i>Ситуационная игра – «судейская бригада»</i>	
2	Практическое занятие № 12 Судейство в спорте лиц с нарушением зрения <i>Содержание занятия:</i> Видеоанализ работы судей в дисциплинах спорта лиц с нарушением зрения	2
2	Практическое занятие № 13 Требования к инвентарю и специальным техническим средствам и оборудованию в дисциплинах спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата <i>Содержание занятия:</i> Анализ раздела правил соревнований различных спортивных дисциплин описывающих требования к спортивному инвентарю, техническим средствам и оборудованию.	2
2	Практическое занятие № 14 Судейство в спорте лиц с нарушением слуха <i>Содержание занятия:</i> Видеоанализ работы судей в дисциплинах спорта лиц с нарушением слуха	2
2	Практическое занятие № 15 Судейство в спорте лиц с поражением опорно-двигательного аппарата <i>Содержание занятия:</i> Текущий контроль: Видеоанализ работы судей в дисциплинах спорта лиц с ПОДА	2
2	Практическое занятие № 16 Судейство в спорте лиц с нарушением интеллекта <i>Содержание занятия:</i> Видеоанализ работы судей в дисциплинах спорта лиц с нарушением интеллекта	2
2	Практическое занятие № 17 Особенности спортивного судейства в соревнованиях Специальной Олимпиады <i>Содержание занятия:</i> Видеоанализ работы судей в дисциплинах Special Olympic (хоккей на полу, бочке и т.д.). Анализ специфических особенностей судейства, обусловленных требованиями и правилами Special Olympic	2
2	Практическое занятие № 18 Организация судейства мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов <i>Содержание занятия</i> <i>Анализ методических рекомендаций:</i> "Методические рекомендации по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья к государственным требованиям Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)	2
2	Практическое занятие № 19 Организация судейства мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов <i>Содержание занятия:</i> В ходе практического занятия, студенты под руководством преподавателя получают практический опыт организации и выполнения	2

	нормативов испытаний тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья	
2	Практическое занятие № 20 Особенности спортивного судейства в игровых и командных дисциплинах <i>Содержание занятия:</i> Анализ специфических особенностей судейства командных и индивидуальных спортивных дисциплин адаптивного спорта	
2	Практическое занятие № 21 Жесты и команды судьи в командных дисциплинах адаптивного спорта <i>Содержание занятия:</i> Изучение специальных жестов и команд судей в различных дисциплинах адаптивного спорта.	2
2	Практическое занятие № 22 Жесты и команды судьи в индивидуальных дисциплинах адаптивного спорта <i>Содержание занятия:</i> Устный опрос- проверка знания специальных жестов и команд судей в различных дисциплинах адаптивного спорта.	2
3	Практическое занятие № 23 Проблемы спортивного судейства. <i>Содержание занятия:</i> <i>Текущий контроль</i> Подготовка, защита презентации. Обсуждение.	2
3	Практическое занятие № 24 Специфические проблемы спортивного судейства в адаптивном спорте <i>Содержание занятия:</i> Анализ проблем спортивного судейства, характерных для адаптивного спорта на примере различных спортивных дисциплин.	2
3	Практическое занятие № 25 Пути объективизации спортивного судейства <i>Содержание занятия:</i> Анализ современных тенденций, подходов и предложений к объективизации спортивного судейства.	2
3	Практическое занятие № 26 Технические средства спортивного судейства <i>Содержание занятия:</i> Анализ современных комплексов, технических и цифровых средств и методов используемых в практике судейства соревновательной деятельности и правил их применения в ходе соревнования.	2
3	Практическое занятие № 27 Спортивное судейство, Фэйр Плэй. <i>Содержание занятия</i> Соотношение понятий «Правила соревнований», «фэйр плэй», « чистый спорт».	
3	Практическое занятие № 28 Пути решения проблем спортивного судейства. <i>Содержание занятия:</i> Современные тенденции, подходы и методы решения проблем спортивного судейства <i>Рубежный контроль. Тестирование.</i>	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 10 ч.

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	Лекция № 1 Исторический анализ эволюции роли и функций спортивного судьи. Современное состояние спортивного судейства и роли спортивных судей в обеспечении равных прав спортсменов. Виды и функций спортивных судей в различных спортивных дисциплинах.	2
1	Лекция № 2 Правовая база регламентирующая деятельность судей в РФ. Структура и функции организаций, регламентирующих деятельность спортивных судей в РФ. Требования к профессиональным и личным качествам спортивного судьи	2
2	Лекция № 3 Особенности судейства командных и индивидуальных спортивных дисциплин адаптивного спорта. Особенности судейства дисциплин спорта: лиц с поражением ОДА, дисциплин спорта лиц с нарушением слуха, лиц с нарушением зрения, лиц с нарушением интеллекта.	2
2	Лекция № 4 Требования к судье и материально-техническому обеспечению мероприятий ВФСК ГТО для инвалидов. Современные тенденции и подходы к объективизации спортивного судейства. Технические и цифровые средства и методы, используемых в практике судейства соревновательной деятельности.	2
3	Лекция № 5 Актуальные проблемы спортивного судейства. Современные тенденции, подходы и методы решения проблем спортивного судейства.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 14 ч.

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	Практическое занятие № 1 История спортивного судейства. Роль и место судей в современном спорте. Ответственность спортивных судей. Выдающиеся судьи в мировой спортивной истории	2
1	Практическое занятие № 2 Виды судей в адаптивном спорте. Их функции. Система спортивного судейства в России. Профессиограмма спортивного судьи в адаптивном спорте	2
2	Практическое занятие № 3 Подготовка спортивных судей. Профессиональный стандарт. Требования к физической подготовленности судей. Документы необходимые для проведения соревнований по дисциплинам адаптивного спорта	2
2	Практическое занятие № 4 Судейство в спорте лиц с нарушением зрения. Судейство в спорте лиц с нарушением слуха. Судейство в спорте лиц с поражением опорно-двигательного аппарата. Судейство в спорте лиц с нарушением интеллекта. Особенности спортивного судейства в соревнованиях Специальной Олимпиады.	2

2	Практическое занятие № 5 Организация судейства мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов. Особенности спортивного судейства в игровых и командных дисциплинах. Жесты и команды судьи в командных дисциплинах адаптивного спорта.	2
3	Практическое занятие № 6 Проблемы спортивного судейства. Специфические проблемы спортивного судейства в адаптивном спорте. Пути объективизации спортивного судейства	2
3	Практическое занятие № 7 Технические средства спортивного судейства. Спортивное судейство, Фэйр Плэй. Пути решения проблем спортивного судейства.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины (модуля):

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, 2020. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08390-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455431>
2. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07190-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454085>
3. Ковыршина, Е.Ю. Разновидности спортивных игр : [учебное пособие] / Е.Ю. Ковыршина, Ю.Н. Эртман, В.Ф. Кириченко. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2017.- 109 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ
4. Криживецкая, О.В. Фитнес. Основы спортивно-оздоровительной тренировки : учебное пособие / О.В. Криживецкая, И.А. Ивко. - Омск, 2018. – 120 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Поливаев, А. Г. Организация судейства и проведение соревнований по игровым видам спорта (баскетбол, волейбол, мини-футбол) : учебное пособие для вузов / А. Г. Поливаев. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 103 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11446-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456644>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Баскетбол. Подготовка судей : учебное пособие / [под ред. С. В. Чернова]. - Москва : Физическая культура, 2009. - 251 с. : ил.
2. Губа, В.П. Волейбол. Основы подготовки, тренировки, судейства : [учебное пособие] / В.П. Губа, Л.В. Булькина, П.В. Пустошило. - М. : Спорт, 2019. - 191 с.
3. Егоренко, Л.А. Теория и методика гребного спорта: организация и проведение соревнований : учебное пособие / Л.А. Егоренко. - СПб. : [б. и.], 2014.- 88 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Зекрин, Ф.Х. Соревновательная деятельность и организация проведения соревнований по борьбе : учебное пособие / Ф.Х. Зекрин, В.В. Зеззев, Н.А. Федяев; М-во спорта Рос. Федерации. - Чайковский : Изд-во ЧГИФКа, 2013.- 106 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

5. Иванова, Г.П. Теория и методика тенниса: история, организация, инвентарь, судейство : учебное пособие / Г.П. Иванова, Т.И. Князева. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2016.- 132 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Макаров, А.Г. Организация и судейство соревнований по лыжным гонкам : учебное пособие / А.Г. Макаров, С.Г. Сорокин; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, Кузбасская гос. пед. академия. - Омск : [б. и.], 2008. - 139 с.
7. Начальная подготовка баскетбольных судей : учебное пособие / В.А. Цимбалюк, Ю.П. Девяткин, Е.Ю. Ковыршина, Н.М. Цимбалюк. – Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2011. – 68 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228954>
8. Перевицкий, И.С. Основные аспекты спортивного судейства (на примере спортивной борьбы) : монография / И.С. Перевицкий, С.Г. Сейранов, А.Н. Тамбовский. - Малаховка : [б. и.], 2017.- 85 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
9. Перевицкий, И.С. Теория и практика спортивного судейства в единоборствах : монография / И.С. Перевицкий. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2015.- 168 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
10. Перевицкий, И.С. Спортивное судейство в единоборствах FILA (Международная любительская федерация борьбы) : [монография] / И.С. Перевицкий. - Москва : Книга и Бизнес, 2010.- 166 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

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

- 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](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](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 АBBYY 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. АBBYY 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 Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur A8-7410/6G/1T/AMD R5-1шт.

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 АBBYY 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. АBBYY 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)- 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 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):
Адаптивный спорт

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
Адаптивный спорт

 Аксенов А.В.

Рассмотрена и утверждена на заседании
кафедры

«14» 06 2019 г., протокол № 17

Зав. кафедрой  Терехина Р.Н.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

«20» 06 2019 г., протокол № 14

Авторы-разработчики:

Кивихарью И.В., доцент, к.п.н., доцент,
Курашова Е.А., ст. преподаватель,
Айзятуллова Г.Р., доцент, к.п.н., доцент,
Сахарнова Т.К., профессор, к.п.н., доцент
Кудрявцева З.Н., ст. преподаватель

Санкт-Петербург 2019

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	
<i>Обучение</i>	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
<i>Планирование</i>	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	ОПК -1.1 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; - основы обучения гимнастическим упражнениям; - способы (варианты) рационального

		<p>размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений;</p> <ul style="list-style-type: none"> - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры;
	<p>ОПК -1.2.</p>	<p>ОПК -1.2.</p> <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; - 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

		<p>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.</p>
	ОПК- 1.3	<p>ОПК- 1.3 Навыки: - 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, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся;</p>
ОПК-13	ОПК-13.1	<p>ОПК-13.1. Знания: - 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.</p>
		<p>ОПК-13.2. 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,</p>

		<p>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.</p>
		<p>ОПК-13.3. Навыки: - 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».</p>
ОПК-14	ОПК-14.1	<p>ОПК-14.1. Знания: - 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; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике; - особенности занятий гимнастикой с учащимися различных медицинских групп;</p>
		<p>ОПК-14.2. Умения: - 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;</p>

		ОПК-14.3. Навыки: - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике.
--	--	--

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	52	44						
В том числе:									
Занятия лекционного типа	8	4	4						
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	88	48	40						
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет.)	12	6	6						
Самостоятельная работа студента	36	14	22						
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	12	12							
В том числе:										
Занятия лекционного типа	8	4	4							
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	16	8	8							
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет)	8	4	4							
Самостоятельная работа студента	112	56	56							
<i>В том числе:</i>										
<i>Выполнение контрольной работы</i>										
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.	<p><i>Знания:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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	<p>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.</p>	<p><i>Знания:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; <p><i>Навыки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения комплексов

			<p>упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся возрастных особенностей контингента занимающихся;</p> <p>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ;</p>
3	Урок физической культуры в школе с использованием средств гимнастики	<p>Разработка фрагментов конспекта ОЧУ и ЗЧУ. Разработка полного конспекта урока.</p>	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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

		<p>стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств гимнастики;</p> <p>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по гимнастике;</p> <p>- анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; -оценивать результаты учебной деятельности обучающихся на основе объективных методов контроля.</p> <p>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;</p> <p>- 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.</p> <p>: - 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;</p>
--	--	--

			<p>Навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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	<p>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».</p>	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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

			<p>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;</p> <p>Навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; - 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	<p>Лекция №1. Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина в системе физического воспитания.</p> <p>План.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Гимнастика, ее задачи и методические особенности. 2. Виды гимнастики. <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Спортивные виды. 2.2. Оздоровительные виды гимнастики. 2.3. Образовательно-развивающие виды гимнастики. 3. Средства гимнастики. <ol style="list-style-type: none"> 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 	2

	занятиях и соревнованиях по гимнастике 4. Программа прохождения курса гимнастики в НГУ. Литература.	
2	Лекция №2. Терминология гимнастических упражнений 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
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-спортивные 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	2

	<p>дисциплина в системе физического воспитания» и «Терминология гимнастических упражнений».</p> <p>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.</p> <p>Учебные комбинации соответственно вольных упражнений на 8, 16 и 24 счета.</p> <p>Вольные упражнения на 32 счета без предмета</p>	
2	<p>занятие №2</p> <p>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 гимнастике</p>	2*
2	<p>Вольные упражнения на 32 счета или комплекс ОРУ с музыкальным сопровождением.</p>	2
2	<p>занятие №3</p> <p>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</p>	2
2	<p>занятие: №4</p> <p>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</p>	2
2	<p>ОРУ - способы обучения (показ, рассказ, смешанный, по разделениям). Ознакомление с командами, учебная практика в проведении ОРУ</p>	
2	<p>занятие: №5</p> <p>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</p>	2
2	<p>Проведение ОРУ по схеме разными способами - учебная практика.</p>	
2	<p>занятие №6</p> <p>СУ-5: Перестроение дроблением и сведением, разведением и слиянием. Ознакомление с командами, техникой выполнения, методикой обучения. Учебная практика в проведении.</p> <p>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)</p> <p>Метание и ловля набивного мяча в парах (снизу, от груди, из-за головы, сбоку, стоя спиной к партнеру и др.</p> <p>Демонстрация переноски мата, козла, коня, мостика, скамейки. Переноска человека - одного одним, одного вдвоем.</p>	2
2	<p>занятие №7</p> <p>Проведение ОРУ - учебная практика</p> <p>ОРУ с палкой и мячом, на стенке и скамейке.</p> <p>Опорный прыжок. Демонстрация преподавателя организации занятия и методики обучения - наскок на мостик и прыжок вверх прогнувшись;</p> <p>- наскок на горку матов и соскок прогнувшись.</p> <p>Акробатика. Демонстрация преподавателя организации занятия и методики обучения - группировка и перекаты боком, кувырок вперед. Написание</p>	2

	конспекта ОРУ.	
2	<p>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).</p>	2
2	<p>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.</p>	2
2	<p>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).</p>	2
2	<p>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.</p>	2
2	<p>Занятие №12 Проведение ОРУ на стенке и скамейке. Ознакомление, учебная практика в проведении. Акробатика. Организация занятия и методика обучения. Учебная практика.</p>	2
2	<p>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</p>	2
3,4	<p>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).</p>	2
3,4	занятие №15	2

	<p>Конспект смешанного комплекса ОРУ (по 2 упражнения - с палкой или мячом, на гимнастической стенке, скамейке, в парах).</p> <p>Проведение смешанного комплекса ОРУ (по 2 упражнения с палкой или мячом, на гимнастической стенке, скамейке, в парах). Лазание по канату.</p> <p>Упражнения на видах многоборья: Ю: брусья, акробатика. Д: акробатика, бревно</p>	
3,4	<p>занятие №16</p> <p>Проведение комплекса ОРУ поточным и проходным способом (в т.ч. студенты подбирают задания с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя)</p> <p>Упражнения на видах многоборья. Упражнения на снарядах.: Ю; перекладина, прыжок. Д: брусья, канат.</p>	2
3,4	<p>занятие №17</p> <p>Проведение подготовительной части урока Конспект подготовительной части урока</p> <p>Упражнения на видах многоборья: Ю: канат, брусья. Д: акробатика, прыжок</p>	2
3,4	<p>занятие №18</p> <p>Проведение подготовительной части урока. Конспект подготовительной части урока.</p> <p>Упражнения на видах многоборья: Ю: акробатика, перекладина. Д: бревно, брусья</p>	2
3,4	<p>занятие №19</p> <p>Проведение подготовительной части урока (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя)</p> <p>Упражнения на видах многоборья. Упражнения на снарядах. Ю: канат, прыжок. Д: акробатика, канат</p>	2
3,4	<p>занятие №20</p> <p>Проведение подготовительной части урока (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя)</p> <p>Упражнения на видах многоборья. Ю: акробатика, брусья. Д: прыжок, брусья</p>	2
3,4	<p>занятие №21</p> <p>Проведение подготовительной части урока (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя)</p> <p>Упражнения на снарядах. Ю: перекладина, прыжок. Д: бревно, акробатика</p>	2
3,4	<p>занятие №22</p> <p>Практико-методическое занятие: Проведение подготовительной части урока (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя) Конспект ТК-9 Упражнения на снарядах. Ю: акробатика, канат. Д: канат, прыжок</p>	2
3,4	<p>занятие №23</p> <p>Упражнения на снарядах. Ю: перекладина, брусья. Д: акробатика, прыжок, канат Сдача задолженностей.</p>	2
3,4	<p>занятие №24</p> <p>упражнения на снарядах. Ю: акробатика, канат, прыжок. Д: брусья, бревно. Сдача нормативов ОФП. Подведение итогов семестра.</p>	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. 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	2

	занимающихся по заданию преподавателя)	
3	<p>занятие №13</p> <p>Проведение урока. Конспект урока. Анализ урока.</p> <p>Упражнение на снарядах</p> <p>Ю: брусья, перекладина (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся (при отсутствии одной ноги, двух ног)).</p> <p>Д: Прыжок, акробатика (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся (при отсутствии одной руки, двух рук))</p>	2
3	<p>занятие №14</p> <p>Проведение урока. Конспект урока. Анализ урока.</p> <p>Упражнение на снарядах</p> <p>Ю: прыжок, акробатика (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся (при отсутствии одной руки, двух рук))</p> <p>Д: брусья, бревно (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя)</p>	2
4	<p>занятие №15</p> <p>Проведение урока. Конспект урока. Анализ урока.</p> <p>Упражнение на снарядах</p> <p>Ю: прыжок, акробатика (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся (при отсутствии одной руки, двух рук))</p> <p>Д: брусья, бревно (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя)</p>	2
	<p>занятие №16</p> <p>Проведение урока. Конспект урока. Анализ урока.</p> <p>Упражнение на снарядах</p> <p>Ю: прыжок, акробатика (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся (при отсутствии одной руки, двух рук))</p> <p>Д: брусья, бревно (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя)</p>	2
	<p>занятие №17</p> <p>Проведение урока. Конспект урока. Анализ урока.</p> <p>Упражнение на снарядах</p> <p>Ю: прыжок, акробатика (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся (при отсутствии одной руки, двух рук))</p> <p>Д: брусья, бревно (в т.ч. с учётом отклонений в состоянии здоровья занимающихся по заданию преподавателя)</p>	2
4	занятие №18 "Особенности занятий гимнастикой с учащимися специальных медицинских групп" (рекреация).	2
4	<p>занятие №19</p> <p>Проведение физкультурно-спортивного мероприятия - соревнования по многоборью.</p> <p>Особенности организации и судейства соревнований по гимнастике</p>	2
4	<p>Практическое занятие №20</p> <p>Сдача задолженностей (ТК 2- 6). Подведение итогов семестра.</p>	2

Заочная форма обучения
1 семестр
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	<p>Лекция №1. Гимнастика, как спортивно-педагогическая дисциплина в системе физического воспитания. План.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Гимнастика, ее задачи и методические особенности. 2. Виды гимнастики. <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Спортивные виды. 2.2. Оздоровительные виды гимнастики. 2.3. Образовательно-развивающие виды гимнастики. 3. Средства гимнастики. <ol style="list-style-type: none"> 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. <p>Литература.</p>	2
2	<p>Лекция №2. Терминология гимнастических упражнений План.</p> <ol style="list-style-type: none"> 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. <p>Литература.</p>	2
3	<p>Лекция №3: Урок физической культуры в школе с использованием средств гимнастики План.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Задачи обучения гимнастике в школе. 2. Требования к уроку с использованием средств гимнастики. 3. Структура построения урока использованием средств гимнастики. <ol style="list-style-type: none"> 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. Техника безопасности и предупреждение травматизма на занятиях. 8. Физкультурно-спортивные мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся. 9. 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; 	2

	Литература	
4	<p>Лекция №4: Методология обучения гимнастическим упражнениям План.</p> <ol style="list-style-type: none"> 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. <p>Литература.</p>	2

Заочная форма обучения
1-й семестр
ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
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. Вольные упражнения на 32 счета или комплекс на 8, 16 и 24 счета (разучивание).	2
2	СУ-2: Перестроение из 1 шеренги в 2 и в 3. Действия занимающихся по команде «Прямо». Движение с изменением направлений: противходом 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	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	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	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	Способы организации учащихся на уроке по гимнастике. (фронтальный, проходной, групповой, круговой, индивидуальный). Практическое занятие	2
3,4	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	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 (модуля):

ОСНОВНАЯ:

1. Алаева, Л.С. Гимнастика: общеразвивающие упражнения [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.С. Алаева, К.Г. Клецов, Т.И. Зябрева. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2017. – 72 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Бурухин, С.Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика [Текст] : учебное пособие для академического бакалавриата : для студентов, обучающихся по специальности "Физическая культура и спорт" / С.Ф. Бурухин. - 3-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2018. - 172, [1] с. : ил.
3. 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.
4. Поздеева, Е.А. Средства гимнастики: строевые, общеразвивающие и прикладные упражнения [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е.А. Поздеев, Л.С. Алаева. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2017. – 100 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. 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.]. - СПб. : [б. и.], 2019. – 184 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика : учебник для студентов учреждений высшего образования, обучающихся по направлению подготовки "Физическая культура" / 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. Баршай, В.М. Гимнастика [Текст] : учебник для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физическая культура" / В.М. Баршай, В.Н. Курьсь, И.Б. Павлов. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Кнорус, 2016. - 312 с. : ил.
2. Гавердовский, Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики [Текст] : учебник для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 034300 - Физическая культура : [в 2 т.]. Т. 1 / Ю.К. Гавердовский. - Москва : Советский спорт, 2014. - 368 с. : ил.
3. Гавердовский, Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики [Текст] : учебник для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 034300 - Физическая культура : [в 2 т.]. Т. 2 / Ю.К. Гавердовский, В.М. Смолевский. - Москва : Советский спорт, 2014. - 230 с. : ил.
4. Гимнастика. Методика преподавания [Текст] : учебник для студентов учреждений высшего образования по специальностям физической культуры, спорта и туризма / под общ. ред. В. М. Миронова. - Минск : Новое знание ; Москва : ИНФРА-М, 2016. - 334 с. : ил.
5. Епишин Н.Д. Обучение гимнастов прыжкам на батуте [Электронный ресурс] : учебное пособие для бакалавров вузов физической культуры / Н.Д. Епишин. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2016. – 164 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Кайдаш, С.И. Основные средства гимнастики [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов вузов физической культуры, обучающихся по направлению

- подготовки бакалавров: 49.03.01 «Физическая культура» / С.И. Кайдаш. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2015. – 144 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Лисицкая, Т.С. Хореография в гимнастике [Текст] : учебное пособие для вузов / Т.С. Лисицкая. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2018. - 162, [1] с. : ил.
 8. Петров, П.К. Методика преподавания гимнастики в школе [Текст] : учебник для студентов высших учебных заведений / П.К. Петров. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : ВЛАДОС, 2014. - 447 с. : ил.
 9. Пшеничникова, Г.Н. Обучение элементам без предмета на этапе начальной подготовки в художественной гимнастике [Электронный ресурс] : учебное пособие / Г.Н. Пшеничникова, О.П. Власова. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2013. – 187 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 10. Спорт высших достижений: спортивная гимнастика [Текст] : учебное пособие для образовательных учреждений ВПО, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 034300 (62) "Физическая культура" / Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; под ред. Л. А. Савельевой, Р. Н. Терехиной. - Москва : Человек, 2014. - 148 с.
 11. Теория и методика гимнастики [Текст] : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования, обучающихся по направлению "Педагогическое образование" и "Педагогика" / под ред. М. Л. Журавина, Е. Г. Сайкиной. - Москва : Академия, 2012. - 491, [1] с. : ил.
 12. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика [Текст] : учебник для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению "Физическая культура" / Е.С. Крючек [и др.]; под ред. Е. С. Крючек, Р. Н. Терехиной. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 282, [1] с. : ил.
 13. Теория и методика физической подготовки в художественной и эстетической гимнастике [Текст] : учебное пособие / О.Г. Румба [и др.]; под общ. ред. Л. А. Карпенко, О. Г. Румба. - Москва : РЕГЕНС, 2013. - 147, [1] с.
 14. Теория и методика художественной гимнастики. Артистичность и пути ее формирования [Текст] : учебное пособие для образовательных учреждений ВПО, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 034300 (62) "Физическая культура" / И.А. Винер-Усманова [и др.]; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; [ред. Т. Прокопьева ; худож. А. Литвиненко]. - Москва : Человек, 2014. - 118 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

1. Методический кабинет кафедры теории и методики гимнастики (аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации) (3 этаж, нежилое помещение №4) – Специализированная мебель: Учебный стол-18 шт.; скамья-18 шт., письменный стол-1шт., стул-6шт., Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., 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.

2. Помещение для проведения практических занятий Гимнастический зал №3 (3 этаж, нежилое помещение №1) – Оборудование: Бревно гимнастическое-2шт., брусья женские для соревн. со с/п жердями-2шт., дорожка гимнастическая для разбега-25 м, конь гимнаст маховый-2шт., конь прыжковый с механизмом подъема-1шт., мат гимнастический 200x300x20см-5шт., мостик гимнастический равномерной упругости-4шт., настил для вольных упражнений-1шт., покрытие для художественной гимнастики-1шт., перекладина для соревнований с грифом-1шт., рама с кольцами гимнастическая-1шт., яма батутная-1шт.

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: батут, гантели переменной массы (от 2 до 6,5 кг), дорожка акробатическая, зеркало настенное (12 x 2 м), канат для лазания (диаметром 30 мм), магnezия, магnezница, маты поролоновые (200 x 300 x 40 см), мостик гимнастический, музыкальный центр, палка гимнастическая, палка для остановки колец, подставка для страховки, поролон для страховочных ям, скакалка гимнастическая, скамейка гимнастическая, стенка гимнастическая, бревно гимнастическое, бревно гимнастическое напольное, бревно гимнастическое переменной высоты, брусья гимнастические женские, жердь гимнастическая женская на универсальных стойках, брусья гимнастические мужские, конь гимнастический маховый, перекладина гимнастическая, перекладина гимнастическая переменной высоты (универсальная), подвеска блочная с кольцами гимнастическими, рама с кольцами гимнастическими, дорожка для разбега, ковер для вольных упражнений, конь гимнастический прыжковый переменной высоты, мат гимнастический.

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

Теория и методика обучения легкой атлетике

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

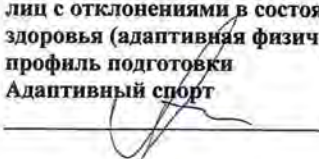
**49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями
в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)**

Направленность (профиль)
Адаптивный спорт

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
Адаптивный спорт

 Аксенов А.В.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«18» июня 2019 г., протокол № 11

Зав. кафедрой  Зайко Д.С.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» 06 2019 г., протокол № 14

Автор-разработчик:
ст. преподаватель Захарова С.И.

Санкт-Петербург 2019

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)); - методики обучения технике

<p>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;</p> <p>ОПК -1.2.</p> <p>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 занятиях и самостоятельную работу,</p>	<p>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.</p> <p>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</p>
---	---

	<p>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</p> <p>ОПК -1.3.</p> <p>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</p>	<p>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</p> <p>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</p>
--	--	---

		атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике
ОПК-13	<p>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.</p> <p>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</p> <p>ОПК-13.3 Имеет опыт: - планирования занятий по легкой атлетике; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств легкой атлетики</p>	<p>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</p> <p>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</p> <p>Навыки: - планирования занятий по легкой атлетике; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств легкой атлетики</p>
ОПК-14	ОПК-14.1 Знает: - санитарно-гигиенические требования к занятиям легкой атлетикой,	Знания: - санитарно-гигиенические требования к занятиям легкой атлетикой, правила обеспечения

	<p>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</p> <p>ОПК-14.2</p> <p>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.</p> <p>ОПК-14.3.</p> <p>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 учебно-тренировочного занятия по легкой атлетике.</p>	<p>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</p> <p>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.</p> <p>Навыки: - 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.</p>
--	---	---

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>	
		1	2
Контактная работа преподавателей с обучающимися	100	56	44
В том числе:	-	-	-
Занятия лекционного типа	10	8	2
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	90	48	42
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет)	12	6	6
Самостоятельная работа студента	32	10	22
Общая трудоемкость	часы	144	72
	зачетные единицы	4	2

заочная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>	
		1	2
Контактная работа преподавателей с обучающимися	20	10	10
В том числе:	-	-	-
Занятия лекционного типа	4	2	2
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	16	8	8
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет)	8	4	4
Самостоятельная работа студента	116	58	58
<i>Выполнение контрольной работы</i>	20	10	10
Общая трудоемкость	часы	144	72
	зачетные единицы	4	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	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

		<p>направленность легкоатлетических упражнений. Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой.</p>	<p>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</p>
2.	Техника легкоатлетических упражнений	<p>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.</p> <p>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 технике прыжка в высоту способом «перешагивание». Демонстрация техники в полном объеме. Выполнение практического норматива.</p> <p>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.</p>	<p>Знания: - основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетике (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 атлетике; - 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;</p> <p>Умения: - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в легкой атлетике;</p> <p>- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в легкой атлетике;</p> <p>- использовать средства легкой атлетике для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств, в том числе, для ИВАС</p> <p>Навыки:- владения техникой видов легкой атлетике на уровне выполнения контрольных нормативов; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике</p>

		Выполнение практического норматива.	
3	<p>Основы обучения и организации занятий по легкой атлетике. Урок по легкой атлетике.</p>	<p>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.</p>	<p>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.</p> <p>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</p>

		<p>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.</p> <p>Навыки: - проведения комплексов</p>
--	--	---

			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 соревнований по легкой атлетике.	Организация судейства соревнований в беговых, прыжковых видах и метаниях. Положение о соревнованиях. Функции главного судьи. Состав судейских бригад на виде. Проведение соревнований в общеобразовательных учреждениях. Судейство соревнований по прыжкам. Судейство соревнований по метаниям. Судейство соревнований в беговых видах.	Знания: - правила и организацию соревнований в легкой атлетике; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий 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	Лекция №1. Введение в предмет. Определение и содержание предмета. Классификация и общая характеристика легкоатлетических	2

	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	Лекция №2. Основы техники легкоатлетических упражнений. Техника бега. Бег как естественный 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, сопротивление воздушной Среде. Фазы метания: исходное положение, подготовка к разбегу, разбег, подготовка к финальному усилию, финальное усилие. Варианты и способы метания гранаты, копья, диска и толкания ядра.	2
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
3	Лекция №5. 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
2	Техника бега 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.	7

2	Техника бега на короткие дистанции. Техника низкого старта и стартового разбега, бег по дистанции, финиширование. Особенности техники бега по выражу.	7
2	Техника прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание». Специальные упражнения для отталкивания, разбега, перехода через планку и приземления. Техника прыжка в целом.	7
2	Техника прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Специальные упражнения для отталкивания, разбега, полета и приземления. Техника прыжка в целом.	7
2	Техника метания малого мяча способом отведения «прямо-назад» с 4-х бросковых шагов. Держание снаряда, метание с места, метание с отведением снаряда и выполнением 4 бросковых шагов от контрольной отметки, метание с разбега в целом.	7
2	Техника толкания ядра способом «со скачка». Специальные упражнения. Держание снаряда. Толкание ядра с места. Скачок. Толкание ядра со скачка.	7
3	Методика обучения технике бега на средние дистанции. 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.	6
3	Методика обучения технике бега на короткие дистанции. 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.	6
3	Методика обучения технике прыжка в высоту. 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.	6
3	Методика обучения технике прыжка в длину. 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.	6
3	Методика обучения технике толкания ядра. Последовательность применения подводящих упражнений при обучении технике толкания ядра. Методика исправления ошибок. Использование кругового метода при обучении технике толканию ядра.	6
3	Методика обучения технике метания малого мяча. Последовательность применения подводящих упражнений при обучении технике малого мяча. Методика исправления ошибок.	6
1,2,3,4	Защита рефератов	10
2,4	Кросс	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий лекционного типа	Кол-во часов
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
4	Лекция №2. 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

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

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

	обучении технике прыжка в длину. Методика исправления ошибок. Использование кругового метода при обучении прыжка в длину.	
2, 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
2, 3	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
2,3	Проведение комплекса ОРУ	4

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 (модуля):

ОСНОВНАЯ:

1. Алхасов, Д.С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / Д.С. Алхасов, А.К. Пономарев. - Москва :Юрайт, 2020. - 300 с. : ил.
2. Врублевский, Е.П. Легкая атлетика. Основы знаний в вопросах и ответах [Текст] : учебное пособие / Е.П. Врублевский. - Москва : Спорт, 2016. - 238, [1] с. : ил.
3. 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.
4. 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.
5. Сидорова, Е.Н. Специальные упражнения для обучения видам легкой атлетики : учебное пособие / Е.Н. Сидорова, О.О. Николаева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет. - Красноярск : СФУ, 2016. - 148 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7638-3400-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497533>
6. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Легкая атлетика [Текст] : учебник для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению

подготовки "Физическая культура" / Г.В. Грецов [и др.]; под ред. Г. В. Грецова, А. Б. Янковского. - 2-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 287, [1] с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Базовые виды спорта : легкая атлетика [Электронный ресурс] : учеб. пособие / С.Е. Войнова [и др.]. - СПб. : [б. и.], 2010. – 212 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Барчуков, И.С. Физическая культура: методики практического обучения [Текст] : учебник к использованию в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы ВПО по дисциплине "Физическая культура" / И.С. Барчуков. - Москва :Кнорус, 2014. - 297 с. : ил.
3. Германов, Г. Н. Легкая атлетика в основной и средней (полной) школе : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 258 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05787-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454060>
4. 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, 2020. — 461 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04548-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454033>
5. Жилкин, А.И. Теория и методика легкой атлетики [Текст] : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования, обучающихся по направлению подготовки 050100 - Педагогическое образование (профиль "физическая культура") / 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 : учебное пособие / Л.Г. Забелина, Е.Е. Нечунаева. - Новосибирск : НГТУ, 2010. - 59 с. - ISBN 978-5-7782-1448-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228993>
7. Легкая атлетика [Текст] : учебник для студентов вузов, обучающихся по направлению "Физ. культура" и специальности "Физ. культура и спорт" / под общ. ред. Н. Н. Чеснокова, В. Г. Никитушкина. - Москва : Физическая культура, 2010. - 440 с. : ил.
8. Никитушкин, В. Г. Легкая атлетика в начальной школе : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 205 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05786-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454058>
9. Тычинин, Н.В. Элективные курсы по физической культуре и спорту : учебное пособие / Н.В. Тычинин ; Министерство образования и науки РФ, Воронежский государственный университет инженерных технологий. - Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2017. - 65 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-00032-250-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=482033>

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.пф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link isexternal\)](http://elibrary.rsl.ru(link isexternal))
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](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. Методический кабинет кафедры теории и методики легкой атлетики (аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации) аудитория №89 (2 этаж, нежилое помещение №2) – Специализированная мебель: Учебный стол-15 шт.; скамья-15 шт., письменный стол-1шт., стул-6шт., Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.
2. Помещение для проведения практических занятий. Зал легкой атлетики №2 (1 этаж, нежилое помещение №8)- Барьер соревновательный стальной-алюминиевый, разборный Polanik PP-171/6b-10шт, барьер стальной тренировочный Polanik согнутый, 5 уровней PP-179-10шт., маты для прыжков в высоту (комплект)-3шт., планка для прыжков в высоту стекловолоконная соревновательная-5шт., планка для прыжков в высоту стекловолоконная соревновательная (прыжки с шестом)-10шт., сетка разделительная для зала 10x18м-3шт., круг для метаний (разборный)-1шт., молот разновесовой-7шт., ядра разновесовые-17шт., копья разновесовые-15шт., система фальстарта-1шт., система фотофиниша-1шт., колодка универсальная, стартовая, стальная-8шт., табло электронное-2шт., табло времени на попытку-4шт., система измерения скорости ветра-4шт.
3. 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 теории и методики лыжного 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 для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)**

Направленность (профиль):

Адаптивный спорт

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
Адаптивный спорт

 Аксенов А.В.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«10» 06 2019 г., протокол № 14

Зав. кафедрой  Ушаков В.И.

Рекомендована решением

Учебно-методического совета

«20» 06 2019 г., протокол № 14

Автор-разработчик:

Ст. преподаватель Озеркин А.Е.

Санкт-Петербург 2019

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, 2-ом курсе III семестр по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачёт*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Профессиональные компетенции	
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста
Организационно-методическое обеспечение	ОПК-13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта
Организационно-методическое обеспечение	ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса

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 обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	ОПК -1.1 Знает: - историю и современное состояние лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды гимнастики, лыжного спорта как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий лыжным спортом; - терминологию лыжного спорта; - средства гимнастики и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения гимнастическим упражнениям; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения - 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	Знать: - историю и современное состояние, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды гимнастики, лыжного спорта как базовых видов спорта; - воспитательные возможности лыжным спортом; - терминологию лыжного спорта; - средства гимнастики и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; 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

	<p>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 (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 здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся.</p>	<p>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 (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 здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся.</p>
	<p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методы организации учебной 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 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 средства использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств 	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 средства - использовать стандартное и дополнительное оборудование,

	<p>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 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 лыжном спорте и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений 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 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; - 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 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.</p>	<p>пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств 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 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 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; - 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</p>
--	--	--

		<p>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.</p>
	<p>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 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; - 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 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.</p>	<p>Иметь 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 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; - 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 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.</p>
<p>ОПК-13. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры,</p>	<p>ОПК-13.1. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию</p>	<p>Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития,</p>

<p>физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся</p>	<p>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 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</p>	<p>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</p>
--	--	---

	<p>средств лыжного спорта; - правила и организация соревнований в лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в 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.</p>	<p>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 лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств лыжного спорта; - правила и организация соревнований в лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в 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.</p>
	<p>ОПК-13.2. Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастнo-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</p>	<p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастнo-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</p>

	<p>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 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 обучающихся с учетом особенностей лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении программ по 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.</p>	<p>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 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 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 обучающихся при освоении программ по 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.</p>
	<p>ОПК-13.3. Имеет опыт: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических</p>	<p>Иметь опыт: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности;</p>

	<p>упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств 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.</p>	<p>- проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств 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.</p>
<p>ОПК-14. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>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; - 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; -</p>	<p>Знать: - 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</p>

	<p>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 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 по лыжной подготовке; - особенности занятий 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.</p>	<p>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 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 по лыжной подготовке; - особенности занятий 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.</p>
	<p>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); - 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</p>	<p>Уметь: - 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</p>

	<p>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 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; - 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.</p>	<p>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 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; - 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.</p>
	<p>ОПК-14.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 	<p>Иметь опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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

	<p>патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по 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.</p>	<p>плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по 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.</p>
--	--	--

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)	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	14			14						
В том числе:										
Занятия лекционного типа	2			2						
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	12			12						
Промежуточная аттестация (зачет)	4			4						
Самостоятельная работа студента	70			70						
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

	Тема	Содержание	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: - терминологию и классификацию в лыжном спорте;- принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по лыжному спорту; (ОПК-1) - методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий; - положение или регламент и расписание спортивных соревнований; (ОПК-13) - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области

		<p>физической культуры и спорта; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; - показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. (ОПК-14)</p> <p>Умеет: - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по лыжному спорту; - 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 лыжному спорту. (ОПК-1)</p> <p>- определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования, физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - оценивать состояние готовности спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований и мероприятий; (ОПК-13)</p> <p>- анализировать проведенные занятия по лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; - анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности. (ОПК-14)</p> <p>Имеет опыт: - планирования занятий по лыжному спорту; (ОПК-1)</p> <p>- проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с</p>
--	--	--

			использованием средств лыжной подготовки, ИВС; - разработки методического обеспечения тренировочного процесса; - планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера. (ОПК-14)
2.	Классификация и терминология в лыжном спорте	Основные термины в лыжном спорте и их применение в практической работе. Классификация способов передвижения на лыжах.	<p>Знает: - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств лыжного спорта; (ОПК-1)</p> <p>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию; - федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; (ОПК-13)</p> <p>принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; (ОПК-14)</p> <p>Умеет: - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по лыжному спорту; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; ; (ОПК-1)</p> <p>-планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования, физкультурно-спортивного праздника,</p>

			<p>дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; -оценивать состояние готовности спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований и мероприятий; (ОПК-13)</p> <p>- анализировать проведенные занятия по лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; - анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности. (ОПК-14)</p> <p>Имеет опыт:</p> <p>- подготовки положения о соревновании; (ОПК-13)</p> <p>- проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств лыжной подготовки, ИВС; (ОПК-14)</p>
3	Техника и методика обучения способам передвижения на лыжах	<p>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.</p>	<p>Знает: - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств лыжного спорта; (ОПК-1)</p> <p>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию; - правила соревнований по ИВС, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения; (ОПК-13)</p> <p>- содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; - показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов</p>

			<p>учебно-тренировочного процесса в ИВС. (ОПК-14)</p> <p>Умеет: - определять средства и величину нагрузки на занятиях по лыжному спорту в зависимости от поставленных задач;</p> <p>- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей лыжного спорта; (ОПК-1)</p> <p>- планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования, физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - оценивать состояние готовности спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований и мероприятий; (ОПК-13)</p> <p>Имеет опыт: - проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств лыжной подготовки, ИВС; - разработки методического обеспечения тренировочного процесса; - планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера. (ОПК-14)</p>
4	<p>Организация занятий по лыжной подготовке в различных звеньях системы физического воспитания</p>	<p>Особенности организации и проведения занятий по лыжной подготовке. Формы проведения занятий. Структура, задачи и содержание занятий. Подбор и дозировка упражнений. Подготовка педагога.</p> <p>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</p>	<p>Знает: - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств лыжного спорта; (ОПК-1)</p> <p>- способы проверки наличия и качественных характеристик спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию;</p>

		<p>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.</p>	<p>(ОПК-13)</p> <ul style="list-style-type: none"> - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; (ОПК-14) <p>Умеет: - определять средства и величину нагрузки на занятиях по лыжному спорту в зависимости от поставленных задач;</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей лыжного спорта; (ОПК-1) - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по лыжному спорту. - планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - составлять документацию по проведению соревнований по установленному образцу; - организовывать и проводить судейство детских спортивных соревнований по ИВС; - определять справедливость судейства; (ОПК-13) - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; - анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности. (ОПК-14) <p>Имеет опыт: - планирования занятий по лыжному спорту; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств лыжного </p>
--	--	---	---

			<p>спорта. (ОПК-1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления плана ресурсного обеспечения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера; - участия в судействе спортивно-оздоровительных состязаний, проводимых в рамках спортивно-оздоровительного мероприятия; - участия в судействе спортивных соревнований по ИВС. (ОПК-13) - проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств лыжной подготовки, ИВС; (ОПК-14)
5	Обеспечение техники безопасности на занятиях лыжной подготовке	<p>Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий и соревнований по лыжной подготовке.</p> <p>Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет метеорологических условий и подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм и при обморожении.</p> <p>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.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила и организацию соревнований в лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в лыжном спорте. (ОПК-1) - правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; - способы проверки наличия и качественных характеристик спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; (ОПК-13) - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - федеральные государственные требования к реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта; - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; (ОПК-14) <p>Умеет: - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения</p>

			<p>занятий по лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;</p> <p>- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей лыжного спорта; (ОПК-1)</p> <p>- определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования, физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; -оценивать состояние готовности спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований и мероприятий; (ОПК-13)</p> <p>Имеет опыт: составления плана ресурсного обеспечения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера; - участия в судействе спортивно-оздоровительных состязаний, проводимых в рамках спортивно-оздоровительного мероприятия; (ОПК-13)</p>
6	<p>Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам и лыжной подготовке</p>	<p>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</p>	<p>Знает: - правила и организацию соревнований в лыжном спорте;- способы оценки результатов обучения в лыжном спорте. (ОПК-1)</p> <p>- методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий; - положение или регламент и расписание спортивных соревнований; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - правила соревнований по ИВС, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения; - виды и организацию соревнований в ИВС; - состав судейской коллегии по ИВС и функции отдельных спортивных судей. (ОПК-13)</p> <p>- принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду</p>

		<p>соревнований по приему зачетных норм по курсу лыжной подготовки.</p>	<p>профессиональной деятельности; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - федеральные государственные требования к реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта; - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; (ОПК-14)</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по лыжному спорту. (ОПК-1) <p>составлять документацию по проведению соревнований по установленному образцу; - организовывать и проводить судейство детских спортивных соревнований по ИВС; - определять справедливость судейства; - применять апелляционные процедуры при несправедливом судействе; - использовать собственный соревновательный опыт в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов. (ОПК-13)</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности. (ОПК-14) <p>Имеет опыт: - планирования занятий по лыжному спорту; (ОПК-1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовки положения о соревновании; - определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых
--	--	---	---

			<p>мероприятий, праздников;</p> <p>- составления плана ресурсного обеспечения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера; - участия в судействе спортивно-оздоровительных состязаний, проводимых в рамках спортивно-оздоровительного мероприятия;- участия в судействе спортивных соревнований по ИВС. (ОПК-13)</p>
7	Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием лыжной подготовки	<p>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.)</p>	<p>Знает: Знает: - методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; (ОПК-13)</p> <p>Умеет: - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по лыжному спорту. (ОПК-1)- определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования, физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; -оценивать состояние готовности спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований и мероприятий; (ОПК-13)</p> <p>Имеет опыт: - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств лыжного спорта. (ОПК-1)</p> <p>- определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников;</p> <p>- составления плана ресурсного обеспечения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера; - участия в судействе спортивно-оздоровительных состязаний, проводимых в рамках спортивно-оздоровительного мероприятия;- участия в судействе спортивных соревнований по</p>

			<p>ИВС. (ОПК-13)</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера. (ОПК-14)
8	Использование лыжной подготовки в рекреационной деятельности	Организация и проведение самостоятельных занятий по лыжному спорту. Необходимые знания, умения, навыки.	<p>Знает: - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств лыжного спорта; (ОПК-1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий; - виды и организацию соревнований в ИВС; (ОПК-13) - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; (ОПК-14) <p>Умеет: - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по лыжному спорту; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; (ОПК-1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - использовать собственный соревновательный опыт в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов. (ОПК-13) <p>Имеет опыт: - планирования занятий по лыжному спорту;</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств лыжного спорта. (ОПК-1) - проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-

		спортивного мероприятия с использованием средств лыжной подготовки, ИВС; - разработки методического обеспечения тренировочного процесса; - планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера. (ОПК-14)
--	--	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЕ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

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

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	<p>Практическое занятие- 1 (аудитория)</p> <p>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.</p>	2
2	<p>Практическое занятие-2 (аудитория) Классификация и терминология способов передвижения на лыжах. Основные признаки распределения способов передвижения на лыжах по различным группам.</p> <p>Понятие о технике передвижения на лыжах – системе движений, с помощью которой лыжник добивается наибольшей эффективности своих действий.</p>	2
3	<p>Практическое занятие –3 (аудитория)</p> <p>«Основы техники передвижения на лыжах».</p> <p>Основные движения, выполняемые в лыжных ходах: отталкивания палками, лыжами, скольжение, согласование в работе рук и ног и их характеристика.</p> <p>Отличия в отталкивании лыжей – в классических и коньковых ходах.</p> <p>Характеристика способов передвижения на лыжах, используемых в программах по лыжной подготовке, техника их выполнения и условия применения:</p> <p>На занятии закрепляются знания студентов и оценивается их самостоятельная работа.</p>	2*
3	<p>Практическое занятие- 4 (аудитория)</p> <p>Задачи обучения. Методы обучения и их применение при изучении техники передвижения на лыжах.</p> <p>Методические приемы и подводящие упражнения, используемые при обучении технике передвижения на лыжах на этапе первоначального обучения.</p> <p>Последовательность изучения программных способов передвижения на лыжах.</p> <p>Задачи, решаемые занимающимися в «школе лыжника»: научить управлять лыжами, отталкиваться лыжей и палкой от снега и переносить массу тела с одной лыжи на другую. Особое внимание уделить задаче выработки умения удерживать равновесие — уверенно скользить на двух лыжах и особенно на одной.</p> <p>Раскрыть суть подводящих упражнений и техники наиболее простых способов передвижения на лыжах, используемые для решения задач «школы лыжника».</p> <p>Постановка общих и частных задач при обучении отдельному способу передвижения на</p>	2

	<p>лыжах и подбор средств для их решения.</p> <p>Предупреждение и исправление ошибок. Контроль и самоконтроль за освоением занимающимися элементов техники.</p>	
3	<p>Практическое занятие– 5</p> <p>Ознакомить студентов с подводящими 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.</p> <p>Добиваться от занимающихся технически правильного выполнения используемых упражнений, вскрывая недостатки и их причины. Строго соблюдать при подборе учебного материала принципы систематичности, доступности и прочности.</p> <p>Перед решением указанных выше задач новичкам следует разъяснить простейшие правила обращения с лыжным инвентарем, научить их выполнять основные строевые приемы на лыжах.</p>	2
3	<p>Практическое занятие– 6,7</p> <p>Ознакомить с техникой программных способов передвижения на лыжах: ОБХ, П2Х, ООКХ, О2КХ.</p>	4
3	<p>Практическое занятие– 8-10</p> <p>Закрепить технику программных способов передвижения на лыжах: ОБХ, П2Х, ООХ, ООКХ, О2КХ. Изучить технику поворотов переступанием и плугом, торможения «плугом» и упором, стоек спусков, способов преодоления подъемов.</p>	6
3	<p>Практическое занятие–11,12</p> <p>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.</p>	4
3	<p>Практическое занятие–13</p> <p>Совершенствование изучаемой техники передвижения на лыжах в процессе прохождения слабо пересеченной дистанции, приучая занимающихся к самоконтролю за выполняемыми элементами техники.</p>	2
4	<p>Практическое занятие – 14 (аудитория) Особенности организации и проведения занятий по лыжной подготовке. Формы проведения занятий. Структура, задачи и содержание занятий. Подбор и дозировка упражнений. Подготовка педагога.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>	2
4	<p>Практическое занятие –15, 16</p> <p>Учебная практика студентов. Организация и проведение студентами фрагментов занятия по лыжной подготовке.</p>	4*
5	<p>Практическое занятие - 17 (аудитория)</p> <p>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.</p> <p>Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий и соревнований по лыжным гонкам.</p> <p>Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет метеорологических условий и подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм и при обморожении.</p>	2*
5	<p>Практическое занятие -18</p> <p>Ознакомить студентов: с выбором и подготовкой учебной площадки, склона; правилами поведения занимающихся на учебном склоне – с целью предупреждения травматизма. Ознакомить с элементами оказания первой помощи.</p>	2*
6	<p>Практическое занятие 19 (аудитория) Соревнования — составная часть учебно-тренировочного процесса.</p> <p>Документы, регламентирующие организацию и проведение соревнований по лыжным гонкам (календарный план и положение о соревновании).</p> <p>Состав судейской коллегии, необходимый для проведения соревнований по лыжным гонкам.</p> <p>Основные мероприятия, проводимые на этапе подготовки соревнований по лыжным гонкам.</p>	2

	<p>Выбор, измерение и подготовка дистанций (трасс) для проведения соревнований по лыжным гонкам.</p> <p>Обязанности начальника трасс. Состав бригады судей на старте и финише.</p> <p>Составление заявки на участие в соревнованиях, проведение жеребьевки, документы, необходимые для непосредственного проведения соревнований.</p> <p>Основные положения из правил соревнований по лыжным гонкам.</p> <p>Особенности организации и проведения соревнований по приему зачетных норм по курсу лыжной подготовки.</p>	
6	<p>Практическое занятие–20</p> <p>Ознакомление с подготовкой и организацией проведения соревнований по лыжным гонкам: оформлением стартового городка, порядком работы судейских бригад на старте и финише, подготовкой трассы.</p>	2*
7	<p>Практическое занятие – 21 (аудитория)</p> <p>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.</p> <p>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.)</p>	2
7	<p>Практическое занятие –22</p> <p>Организация и проведение похода, используя лыжную подготовку.</p>	2
8	<p>Практическое занятие-23 (аудитория) Организация и проведение самостоятельных занятий по лыжному спорту. Необходимые знания, умения, навыки. Методы самоконтроля.</p>	2
8	<p>Практическое занятие –24</p> <p>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.</p>	2*

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

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЕ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

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

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
2,5	<p>Практическое занятие-(аудитория)</p> <p>Классификация и терминология способов передвижения на лыжах. Основные признаки распределения способов передвижения на лыжах по различным группам.</p> <p>Понятие о технике передвижения на лыжах – системе движений, с помощью которой лыжник добивается наибольшей эффективности своих действий.</p> <p>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.</p> <p>Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий и соревнований по лыжным гонкам.</p> <p>Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет метеорологических условий и подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм и при обморожении.</p> <p>Ознакомить студентов: с выбором и подготовкой учебной площадки, склона; правилами поведения занимающихся на учебном склоне – с целью предупреждения травматизма.</p>	2

	Ознакомить с элементами оказания первой помощи	
3	<p>Практическое занятие Ознакомить студентов с подводящими 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. Строго соблюдать при подборе учебного материала принципы систематичности, доступности и прочности. Перед решением указанных выше задач новичкам следует разъяснить простейшие правила обращения с лыжным инвентарем, научить их выполнять основные строевые приемы на лыжах. Ознакомить с техникой программных способов передвижения на лыжах: ОБХ, П2Х, ООХ, ООКХ, О2КХ.</p>	2
	<p>Практическое занятие 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. Совершенствование изучаемой техники передвижения на лыжах в процессе прохождения слабо пересеченной дистанции, приучая занимающихся к самоконтролю за выполняемыми элементами техники.</p>	2*
4	<p>Практическое занятие-(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.</p>	2
6	<p>Практическое занятие Ознакомление с подготовкой и организацией 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.</p>	2*
7,8	<p>Практическое занятие Организация и проведение похода, прогулки, используя лыжную подготовку.</p>	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 (модуля):

ОСНОВНАЯ:

1. Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка : учебное пособие для вузов / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 125 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10153-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453244>
2. Зданович, О.С. Пропедевтика в прыжках на лыжах с трамплина и лыжном двоеборье [Электронный ресурс] : учебное пособие / О.С. Зданович, В.В. Зевзеев. - Чайковский : [б. и.], 2014. - 143 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Корельская, И.Е. Лыжный спорт с методикой преподавания : учебное пособие / И.Е. Корельская ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Северный (Арктический) федеральный университет имени М.В. Ломоносова. - Архангельск : САФУ, 2015. - 114 с. - Библиогр.: с. 110. - ISBN 978-5-261-01062-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436420>
4. Скорохатова, Г.В. Зимние виды спорта на снегу. Олимпийские дисциплины : учебное пособие / Г.В. Скорохатова, З.Ю. Ансимова, Ю.Я. Лобанов; Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена ; под ред. Г. В. Скорохатовой. - Санкт-Петербург : Лань, 2020. - 359, [1] с. : ил.
5. 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>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Барчуков, И.С. Физическая культура: методики практического обучения [Текст] : учебник к использованию в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы ВПО по дисциплине "Физическая культура" / И.С. Барчуков. - Москва : Кнорус, 2014. - 297 с. : ил.
2. Грушин, А.А. Спортивная подготовка высококвалифицированных лыжниц-гонщиц на стадии максимальной реализации спортивных достижений [Текст] : учебное пособие для самостоятельной работы студентов / А.А. Грушин, А.Г. Баталов. - Москва : Физическая культура, 2014. - 106 с. : ил.
3. Иванова, С.Ю. Физическая культура: лыжная подготовка студентов вуза : учебное пособие / С.Ю. Иванова, Р.В. Конькова, Е.В. Сантьева. - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2011. - 150 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1174-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232501>
4. Новое поколение лыж для Российской армии: лыжная подготовка курсантов, обучающихся на военных кафедрах вузов : учебное пособие / А.В. Куршев, И.А. Зенуков, А.Г. Хайруллин и др. ; Министерство образования и науки России, Казанский национальный исследовательский технологический университет. - Казань : КНИТУ, 2016. - 92 с. : табл., ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7882-1945-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=560973>
5. Плохой, В.Н. Подготовка юных лыжников-гонщиков и ее особенности в биатлоне, двоеборье и роллерах [Текст] : научно-методическое пособие / В.Н. Плохой. - [2-е изд., испр. и доп.]. - Москва : Спорт : Человек, 2018. - 275, [2] с. : ил.
6. Кузнецов, В.К. Основы техники и обучение способам передвижения на лыжах : учеб. пособие / В.К. Кузнецов, М.В. Артеменко; Московская гос. акад. физ. культуры. - Малаховка : [б. и.], 2010. - 153 с. : ил.
7. Лыжный спорт [Текст] : учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений / под общ. ред. В. В. Фарбея и Г. В. Скорохатовой. - 2- изд., испр. и доп. - СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2007. - 623 с. : ил.
8. Методика разработки комплексных целевых программ подготовки региональных сборных команд квалифицированных спортсменов на четырехлетний цикл подготовки (на примере

- лыжников-двоеборцев РФ) [Электронный ресурс] : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 034300(68) - "Физическая культура" / Г.А. Сергеев [и др.]. - СПб. : [б. и.], 2013. – 132 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
9. Смирнов, А.А. Технология выбора лыж и смазки в зависимости от погодных условий [Текст] : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 034300(62) - Физическая культура / А.А. Смирнов. - Санкт-Петербург : Олимп-СПб, 2012. - 91 с.
10. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Лыжный спорт [Текст] : учебник для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению "Физическая культура" / Г.А. Сергеев [и др.]; под ред. Г. А. Сергеева. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2013. - 168, [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](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.пф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., 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.

2. Методический кабинет кафедры теории и методики лыжного спорта(аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации) (3 этаж, нежилое помещение №7) – Специализированная мебель: Учебный стол-4 шт.; стул-2 шт. Оборудование: доска меловая-1шт., тренировочная система СКАТТ-биатлон-2шт., зрительная труба Nikon Prostaff 3 16-48x60, в комплекте со штативом, чехлом, крышк- 2шт., лыжный комплект (беговые лыжи, лыжные палки, ботинки)-115шт., винтовка спортивная "Биатлон-7-4" калибра 22L.R, исполнение 12, артикул 552300900121-8шт.

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 плавания

Рабочая программа дисциплины

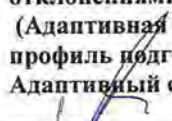
Теория и методика обучения плаванию

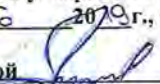
Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
**49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)**

Направленность (профиль):
Адаптивный спорт

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
Адаптивный спорт
 Аксенов А.В.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«12» 06 2019 г., протокол № 11
Зав. кафедрой  Литвинов А.А.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«10» 06 2018 г., протокол № 14

Авторы-разработчики:
К.п.н., доцент Ивченко Е.В.
К.п.н., доцент М.Д. Мосунова
К.п.н. Д.В. Григорьева
Казачков Д.Ю.

Санкт-Петербург 2019

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. Виды промежуточной аттестации: *зачет в 3 семестре, зачет с оценкой в 4 семестре.*

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Профессиональные 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 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; - 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. ОПК -1.2.	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; -методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания. ОПК -1.2.

<p>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 атлетике, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетике, 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 стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетике, 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 атлетике, 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.</p> <p>ОПК -1.3-</p> <p>Имеет опыт: - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - участия в</p>	<p>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; - 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.</p> <p>ОПК -1.3-</p> <p>Имеет опыт: - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения</p>
--	--

	судействе соревнования по легкой атлетике, плаванию, лыжной подготовке.	контрольных нормативов; - участия в судействе соревнования по плаванию.
ОПК-13.	<p>ОПК-13.1. Знает: - 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.</p> <p>ОПК-13.2. Умеет: - 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.</p> <p>ОПК-13.3. Имеет опыт: - 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.</p>	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>ОПК-13.3. Имеет опыт: - планирования занятий по плаванию; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств плавания;</p>
ОПК -14.	<p>ОПК-14.1. Знает: - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при</p>	<p>ОПК-14.1. Знает: - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы</p>

<p>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 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.</p> <p>ОПК-14.2.</p> <p>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 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.</p> <p>ОПК-14.3.</p> <p>Имеет опыт: - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке.</p>	<p>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.</p> <p>ОПК-14.2.</p> <p>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.</p> <p>ОПК-14.3.</p> <p>Имеет опыт: - оказания первой помощи при неотложных состояниях; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по плаванию.</p>
---	--

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	52				
В том числе:									
Занятия лекционного типа				4	4				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)				32	48				
Промежуточная аттестация зачет, зачет с оценкой				6	6				
Самостоятельная работа студента				30	14				
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)				8	8					
Промежуточная аттестация зачет, зачет с оценкой				4	4					
Самостоятельная работа студента				58	58					
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.	<p>Теория и методика учебной дисциплины «Плавание».</p>	<p>При изучении данного раздела студенты узнают:</p> <p>Определение предмета «Плавание».</p> <p>Более подробно по данной теме раскрываются:</p> <p>Классификация и терминология. Спортивное плавание, водные виды спорта. Профессионально-прикладное плавание. Оздоровительное плавание. Рекреационное плавание. Место «Плавание» в системе физического воспитания профессионального образования. Показания и противопоказания для занятий плаванием. Организация занятий. Правила поведения в бассейне и на открытой воде. Критические ситуации на занятиях по плаванию и способы их предупреждения и преодоления. Техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях плаванием.</p> <p>Биомеханические основы техники плавания</p> <p>Более подробно по данной теме раскрываются:</p> <p>Понятие о технике спортивного плавания. Гидростатика и гидродинамика плавания. Подготовительные упражнения по освоению с водой.</p> <p>Техника и методика обучения плаванию способом кроль на спине.</p> <p>Более подробно по данной теме раскрываются:</p> <p>Общая характеристика способа. Положение тела и движения ногами. Движения руками и дыхание. Общее согласование движений рук, ног и дыхания.</p>	<p>Знания:</p> <p>ОПК -1.1</p> <p>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;</p> <p>ОПК-13.1.</p> <p>Знает: - терминологию и классификацию в плавании; - способы оценки результатов обучения в плавании.</p> <p>ОПК-14.1.</p> <p>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;</p> <p>Умения:</p> <p>ОПК -1.2.</p> <p>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</p>

	<p>Техника старта, поворотов и методика обучения в способе кроль на спине. Особенности техники плавания и методики обучения плаванию способом кроль на спине спортсменов-пловцов различных нозологических групп.</p> <p>Техника и методика обучения плаванию способом кроль на груди.</p> <p>Более подробно по данной теме раскрываются:</p> <p>Общая характеристика способа. Положение тела и движения ногами. Движения руками и дыхание. Общее согласование движений рук, ног и дыхания. Техника старта, поворотов и методика обучения в способе кроль на груди. Особенности техники плавания и методики обучения плаванию способом кроль на груди спортсменов-пловцов различных нозологических групп.</p> <p>Техника и методика обучения плаванию способом брасс.</p> <p>Более подробно по данной теме раскрываются:</p> <p>Общая характеристика способа. Положение тела и движения ногами. Движения руками и дыхание. Общее согласование движений рук, ног и дыхания. Техника старта, поворотов и методика обучения в способе брасс. Особенности техники плавания и методики обучения плаванию способом брасс спортсменов-пловцов различных нозологических групп.</p> <p>Ознакомление с техникой и методикой обучения плаванию способом баттерфляй (дельфин).</p> <p>Более подробно по данной теме раскрываются:</p> <p>Общая характеристика способа. Положение тела и движения ногами. Движения руками и</p>	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>
--	--	--

		<p>дыхание. Общее согласование движений рук, ног и дыхания. Техника старта, поворотов и методика обучения в способе баттерфляй (дельфин). Особенности техники плавания и методики обучения плаванию способом баттерфляй (дельфин) спортсменов-пловцов различных нозологических групп.</p>	<p>Навыки: ОПК -1.3- Имеет опыт: - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов.</p>
2.	<p>Организация занятия в условиях плавательного бассейна и открытых водоемов</p>	<p>При изучении данного раздела студенты приобретают знания по следующим вопросам: Организация занятия в условиях плавательного бассейна, открытых водоемов. Задачи обучения. Методы обучения. Особенности индивидуального и группового занятия. Особенности написания конспекта занятия по плаванию. Документы планирования.</p>	<p>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</p>

			<p>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.</p> <p>Умения: ОПК -1.2.</p> <p>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</p>
--	--	--	--

			<p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Навыки: ОПК-13.3.</p> <p>Имеет опыт: - планирования занятий по плаванию; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств плавания</p>
3.	<p align="center">Прикладное плавание.</p>	<p>В данном разделе студенты приобретают знания и практические умения по следующим темам: Цель и задачи прикладного плавания, в которой более подробно осваивают: прикладные способы плавания: плавание на боку - техника и методика обучения; плавание брассом на спине – техника и методика обучения. Освобождение от захватов.</p>	<p>Знания: ОПК -1.1 Знает: - основы техники способов плавания и прикладного плавания; - методика 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</p>

		<p>Оказание помощи уставшему товарищу. Транспортировка пострадавшего на воде. Особенности транспортировки людей с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).</p> <p>Нырание в длину. Техника и методика обучения нырянию в длину: способами брасс, «торпеда», смешанный.</p> <p>Нырание в глубину. Техника и методика обучения нырянию в глубину: с поверхности воды, с борта бассейна.</p> <p>Способы и приемы искусственного дыхания. Непрямой массаж сердца. Признаки летального исхода. Спасательные средства и их применение. Особенности преодоления водных преград.</p>	<p>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; - особенности занятий плаванием с учащимися различных медицинских групп.</p> <p>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;</p>
--	--	--	--

			<p>- 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.</p> <p>Умеет: - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по плаванию; ОПК-14.2.</p> <p>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.</p> <p>Навыки: ОПК -1.3-</p> <p>Имеет опыт: - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; ОПК-14.3.</p> <p>Имеет опыт: - оказания первой помощи при неотложных состояниях;- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по плаванию.</p>
4.	<p>Организация соревнований и водных праздников.</p>	<p>При изучении данного раздела студенты овладевают теоретическими знаниями и практическими умениями по следующим темам: Соревнования по спортивному плаванию В которой более подробно осваивают: Виды соревнований. Особенности организации и</p>	<p>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</p>

		<p>проведения соревнований для детей. Особенности организации и проведения соревнований для взрослых. Состав судейской коллегии. Водные праздники В которой более подробно осваивают: Виды праздников. Организация праздников для детей. Организация праздников для взрослых. Обеспечение безопасности при проведении праздников.</p>	<p>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.</p>
--	--	---	--

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	Лекция № 1. Теория и методика учебной дисциплины «Плавание». Плавание, как спортивно-педагогическая дисциплина в системе физического воспитания Определение предмета «Плавание. Классификация и терминология. Спортивное плавание, водные виды спорта. Профессионально-прикладное плавание. Оздоровительное плавание. Рекреационное плавание. Место «Плавание» в системе физического воспитания профессионального образования. Показания и противопоказания для занятий плаванием. Организация занятий. Правила поведения в бассейне.	2
2.	Лекция № 2. Основы техники спортивного плавания. Особенности техники плавания лиц с ОВЗ.	2
2.	Лекция № 3 Методика обучения технике плавания (цель, задачи, структура и содержание, средства и методы обучения). Особенности обучения плаванию лиц с ОВЗ.	2
3.	Лекция № 4 Прикладное плавание. Цель и задачи прикладного плавания. Прикладные способы плавания: плавание на боку - техника и методика обучения; плавание брассом на спине – техника и методика обучения. Освобождение от захватов. Оказание помощи уставшему товарищу. Транспортировка пострадавшего на воде. Особенности транспортировки людей с ОВЗ. Нырание в длину. Техника и методика обучения ныранию в длину: способами брасс, «торпеда», смешанный. Нырание в глубину. Техника и методика обучения ныранию в глубину: с поверхности воды, с борта бассейна. Способы и приемы искусственного дыхания. Непрямой массаж сердца. Признаки летального исхода. Спасательные средства и их применение.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА (ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ)

УБРАТЬ 6 часов – 3 занятия

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
1.	Практическое занятие 1. Введение в специальность «Плавание». Исходная оценка техники спортивных способов плавания: кроль на спине, кроль на груди, брасс на груди.	2
1	Практическое занятие 2. Подготовительные упражнения по освоению с водой и методика обучения. Техника и методика обучения плаванию кролем на спине: движения ног.	2
1	Практическое занятие 3. Техника и методика обучения плаванию кролем на спине: движения руками, согласование движений рук, ног и дыхания.	2

1	Практическое занятие 4. Техника и методика обучения плаванию кролем на спине: старт из воды, поворот.	2
1	Практическое занятие 5. <u>1 – текущий контроль:</u> Выполнение практического норматива: оценка техники плавания, старта и поворота в плавании кролем на спине (дистанция 50м)	2
1	Практическое занятие 6. Техника и методика обучения плаванию кролем на груди: движения ногами, движения руками.	2
1	Практическое занятие 7. Техника и методика обучения плаванию кролем на груди: согласование движений рук, ног и дыхания.	2
1	Практическое занятие 8. Техника и методика обучения плаванию кролем на груди: старт, поворот	2
1	Практическое занятие 9. <u>2 – текущий контроль:</u> Выполнение практического норматива: оценка техники плавания, старта и поворота в плавании кролем на груди (дистанция 50м)	2
1	Практическое занятие 10. Техника и методика обучения плаванию брассом на груди: движения ног, движения рук.	2*
1	Практическое занятие 11. Техника и методика обучения плаванию брассом на груди: движения рук, согласование движений рук, ног и дыхания.	2
1	Практическое занятие 12. Техника и методика обучения плаванию брассом на груди: старт, поворот.	2
1	Практическое занятие 13. <u>3 – текущий контроль:</u> Выполнение практического норматива: оценка техники плавания, старта и поворота в плавании брассом на груди (дистанция 50м)	2
1	Практическое занятие 14. Ознакомление с техникой и методикой обучения плаванию способом дельфин. <u>4 - Текущий контроль-</u> дистанционное плавание в течении 15 минут	2
1	Практическое занятие 15. Ознакомление с техникой и методикой обучения плаванию способом дельфин. <u>5 - Текущий контроль-</u> Проплывание дистанции 50 м любым способом плавания на время.	2
1	Практическое занятие 16. Совершенствование спортивных способов плавания. <u>1 рубежный контроль – тестирование</u>	2

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
3	Практическое занятие 1. Плавание, направленное на восстановление имеющихся умений и навыков	2
3	Практическое занятие 2. Прикладные способы плавания: плавание на боку. Движение ногами у неподвижной опоры.	2
3	Практическое занятие 3. Прикладные способы плавания: плавание на боку. Движение ногами и руками с подвижной опорой.	2
3	Практическое занятие 4. Изучение техники движения ногами и руками в способе плавания на боку без опоры	2
3	Практическое занятие 5. Прикладные способы плавания: плавание брасс на спине. Изучение движений ног.	2
3	Практическое занятие 6: Прикладные способы плавания: плавание брасс на спине. Изучение согласования рук, ног.	2
3	Практическое занятие 7. Нырание в длину. Техника нырания. 1-Текущий контроль: Выполнение практического норматива, техника плавания на боку (50 м).	2

3	Практическое занятие 8. Ныряние в длину. Методика обучения	2
3	Практическое занятие 9. Ныряние в глубину. Техника ныряния	2
3	Практическое занятие 10. Ныряние в глубину. Методика ныряния	2
3	Практическое занятие 11. 2-Текущий контроль: выполнение практического норматива ныряние в длину.	2
3	Практическое занятие 12: Способы транспортировки пострадавшего на воде	2
3	Практическое занятие 13: Способы транспортировки пострадавшего на воде	2
3	Практическое занятие 14: Способы транспортировки пострадавшего на воде	2
3	Практическое занятие 15. Прикладные способы плавания: оказание помощи уставшему на воде, оказание доврачебной помощи пострадавшему на воде: способы и приемы искусственного дыхания.	2
3	Практическое занятие 16. Способы и приемы освобождения от захвата тонущего.	2
3	Практическое занятие 17. 3– текущий контроль: Выполнение практического норматива: транспортировка пострадавшего на воде (дистанция 50м).	2
3	Практическое занятие 18. Планирование и организация учебной работы по плаванию.	2
3	Практическое занятие 19. Принципы, методы и средства обучения.	2
3	Практическое занятие 20. Структура и содержание урока по обучению плаванию.	2
3	Практическое занятие 21. Разработка конспекта урока по обучению плаванию.	2*
3	Практическое занятие 22. Урок по плаванию, как основная форма учебных занятий.	2
3	Практическое занятие 23. Содержание комплекса специальных физических упражнений на «суше» и «воде». 4-Текущий контроль: Выполнение практического норматива «дистанционное плавание прикладными способами плавания» (15 мин).	2
3	Практическое занятие 24. Организация и проведение праздников на воде. 5- текущий контроль. Проплывание дистанции 50 метров любым спортивным способом плавания, с учетом времени (выполнение норматива ГТО по плаванию).	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
3 семестр		
1.	Лекция № 1. Теория и методика учебной дисциплины «Плавание». Основы техники плавания.	2
4 семестр		
2	Лекция 1. Прикладное плавание. Методика обучения плаванию (цель, задачи, структура и содержание, средства и методы обучения).	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
3 семестр		
2.	Практическое занятие №1: Проверка плавательной подготовки группы. Упражнения по освоению с водой. Техника и методика обучения способу плавания кроль на груди. Текущий контроль (ТК-1) Оценка техники плавания 50м кролем на груди	2
2	Практическое занятие №2: Техника и методика обучения способу плавания кроль на спине Текущий контроль (ТК-2). Оценка техники плавания 50м кролем на спине	2
2	Практическое занятие №3 Техника и методика обучения стартам и поворотам в кроле на груди и кроле на спине	2
2	Практическое занятие №4 Техника и методика обучения способу плавания	2

	брасс, стартам и поворотам. Текущий контроль (ТК-3). Проплывание 15 мин без остановки на оценку (Обязательный практический норматив!)	
--	---	--

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
	4 семестр	
3	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
3	Практическое занятие №2 Техника и методика обучения нырянию в длину, глубину и транспортировке пострадавшего на воде. Текущий контроль (ТК-2). Ныряние в длину. Текущий контроль (ТК-3) Оценка техники плавания на боку 50 м.	2
3	Практическое занятие № 3. Спасательные средства и их применение. Оказание доврачебной помощи пострадавшему на воде. Текущий контроль (ТК-4) Транспортировка пострадавшего на воде избранным способом (Обязательный практический норматив!)	2
4	Практическое занятие №4 Обеспечение техники безопасности на занятиях плаванием Использование плавания в рекреационной деятельности Организация и проведение соревнований по плаванию. Текущий контроль (ТК-5). Проплывание 50 м избранным способом с учётом времени Рубежный контроль: тестирование	

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины (модуля):

ОСНОВНАЯ:

1. Гречанов, П.Б. Физическая культура: плавание способом брасс : учебное пособие / П.Б. Гречанов, М.В. Зуева, Т.А. Ходакова ; Новосибирский государственный технический университет. – Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2016. – 43 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574723>
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. 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>
4. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание [Текст] : учебник для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению "Физическая культура" / 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. Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание : учебное пособие для академического бакалавриата : для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / 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. Булгакова, Н.Ж. Теория и методика плавания [Текст] : учебник для студентов учреждений высшего образования, обучающихся по направлению подготовки "Педагогическое образование" профиль "Физическая культура" / 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.
3. 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.
4. Жукова, Е.С. Организация и проведение зрелищных мероприятий на воде [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е.С. Жукова, И.В. Абраменко, Г.А. Тарасевич; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 1,23 МБ). - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2013. - Электрон. дан. (1 файл) : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии. - Библиогр.: с. 104.
5. Козлов, А.В. Технологии спортивной тренировки в плавании: подготовка олимпийского резерва в спортивном плавании [Электронный ресурс] : учебное пособие по направлению 49.03.01 "Физическая культура" / А.В. Козлов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 134 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Козлов, А.В. Технологии спортивной тренировки в ИВС плавании: совершенствование спортивных способов плавания [Электронный ресурс] : учебное пособие по направлению 49.03.01 "Физическая культура" / А.В. Козлов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 120 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Козлов, А.В. Теория и методика плавания: ныряние, спасание утопающих и переправы вплавь [Электронный ресурс] : учебное пособие по направлению 49.03.01 "Физическая культура" / А.В. Козлов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 82 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Обучение плаванию спортивным и самобытным способами на основе двигательной готовности [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие для студентов вузов физической культуры, обучающихся по направлению подготовки бакалавров 49.03.01 «Физическая культура» / Л.С. Малыгин [и др.]. - Малаховка : [б. и.], 2014. – 124 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
9. Плавание : учебник для вузов / В. З. Афанасьев [и др.] ; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 344 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07939-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455433>
10. Рыбьякова, Т. Плавание. Уроки профессионала [Текст] : [учебное пособие] / Т. Рыбьякова. - Санкт-Петербург : Питер, 2017. - 94, [1] с. : ил.
11. Чертов, Н.В. Теория и методика плавания : учебник / Н.В. Чертов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Южный федеральный университет», Факультет физической культуры и спорта. -

Ростов-на-Дону : Издательство Южного федерального университета, 2011. - 452 с. - ISBN 978-5-9275-0929-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241104>

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\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link is external))
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link is external))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](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. Методический кабинет кафедры теории и методики плавания (аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации) (1 этаж, нежилое помещение №1) – Специализированная мебель: Учебный стол-15 шт.; скамья-15 шт., письменный стол-1шт., стул-6шт., Оборудование: доска меловая-1шт., Проектор Acer X138WH-1шт., Экран DINON Manual 220x220 MW настенный, Ноутбук Acer-1шт., Видеокамера для подводной съемки-1шт., Подъемник для бассейна "Енисей" ИБП-170Г для инвалидов, 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 АBBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно.

Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1С1С1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. АBBYY 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. Помещение для проведения практических занятий. Большая чаша плавательного бассейна Межвузовского учебно-спортивного центра.

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**

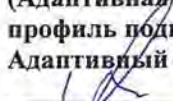
Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

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

Направленность (профиль):
Адаптивный спорт

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
Адаптивный спорт
 Аксенов А.В.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«16» 06 2019 г., протокол № 12

Зав. кафедрой  Лосин Б.Е.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» 06 2019 г., протокол № 14

Авторы-разработчики:
Доцент кафедры, к.п.н. Ю.В.Лубкин;
ст. преподаватель Е.И. Мокина

Санкт-Петербург 2019

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); 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 психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний	ОПК-13.1. Знает: - 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-	Знает: - терминологию, классификацию и общую характеристику подвижных и спортивных игр; - 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; - правила и организацию соревнований в подвижных и спортивных играх; - способы оценки результатов

<p>занимающихся</p>	<p>тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; 	<p>обучения в подвижных и спортивных играх.</p>
	<p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; - 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; 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по спортивным и подвижным играм в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учётом особенностей подвижных и спортивных игр; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по подвижным и спортивным играм с учётом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по спортивным и подвижным играм.
	<p>ОПК-13.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной 	<p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования занятий по спортивным и подвижным играм; - планирования мероприятий

	<p>подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки;</p>	<p>оздоровительного характера с использованием средств подвижных и спортивных игр;</p>
<p>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</p>	<p>ОПК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 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; <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 базового вида 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; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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

	<ul style="list-style-type: none"> - 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 ИВАС; - 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 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 гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, 	<ul style="list-style-type: none"> проведении занятий по подвижным и спортивным 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, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - 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 ИВАС; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарём 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 упражнений подвижных и спортивных игр; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств спортивных и подвижных игр подвижных и спортивных игр; - оценивать качество выполнения упражнений в подвижных и спортивных играх и определять ошибки в технике; определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений подвижных и спортивных игр, подбирать приемы и средства; - оценивать качество выполнения упражнений в подвижных и
--	---	---

	<p>плавания, лыжной подготовки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 гонкам и 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; 	<p>спортивных играх, и определять ошибки в технике;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 подвижным и спортивным играм, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по подвижным и спортивным играм;
	<p>ОПК-1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 	<p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 приёмам спортивных игр и подбору подвижной игры с учётом 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 гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся.	использованием средств подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся.
ОПК-14. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	<p>ОПК-14.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - санитарно-гигиенические требования к занятиям подвижными и спортивными играми, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий подвижным и спортивным играм; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств по спортивным и подвижным играм; - 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 спортивным и подвижным играм; - особенности занятий подвижными и спортивными играми с учащимися различных медицинских групп.
	<p>ОПК-14.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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- 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-

	<p>гигиеническое состояние спортивного зала;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; <ul style="list-style-type: none"> - 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; 	<p>гигиеническое состояние зала;</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по подвижным и спортивным играм; - 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; - 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.
	<p>ОПК- 14.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - 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. 	<p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом; - обеспечения безопасности при проведении учебно-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; - 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	148			66	82				
В том числе:									
Занятия лекционного типа	12			6	6				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	136			60	76				
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет)	12			6 за	6 заО				
Самостоятельная работа студента	56			36	20				
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	16			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)	8			4 за	4 заО					
Самостоятельная работа студента	192			96	96					
Выполнение контрольной работы	40			20	20					
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 «знать, уметь, владеть»
1	Возникновение, развитие и современное состояние спортивной игры, подвижных игр.	<p>Подвижные игры История возникновения и развития подвижных игр. Общая характеристика подвижных игр.</p> <p>Баскетбол История возникновения и развития баскетбола, общая характеристика и правила игры.</p> <p>Волейбол История возникновения и развития волейбола, общая характеристика и правила игры.</p> <p>Гандбол История возникновения и развития гандбола, общая характеристика и правила игры.</p>	<p>Знать: Историю, развитие 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 базового вида спорта; Воспитательные возможности занятий подвижными и спортивными играми;</p>
2	Классификация и терминология в спортивных и подвижных играх.	<p>Подвижные игры Классификация и терминология в подвижных играх.</p> <p>Баскетбол Систематика, терминология и классификация техники и тактики игры баскетбол.</p> <p>Волейбол Систематика, терминология и классификация техники и тактики игры волейбол.</p> <p>Гандбол Систематика, терминология и классификация техники и тактики игры гандбол.</p>	<p>Знать: Терминологию и классификацию подвижных и спортивных игр;</p> <p>Уметь: Использовать в своей деятельности терминологию спортивных и подвижных игр;</p>
3	Техника спортивной игры и методика обучения.	<p>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. Техничко-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. Техничко-тактические действия игры в защите. Личная защита. Зонная защита.</p> <p>Волейбол Техника игры и методика обучения. Технические приемы</p>	<p>Знать: Способы оценки результатов обучения в подвижных и спортивных играх; Основы обучения спортивным и подвижным играм; Средства подвижных и спортивных игр и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;</p> <p>Уметь: Решать поставленные задачи, подбирать методику проведения занятий по спортивным и подвижным играм с учётом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; Определять средства и величину нагрузки на занятиях по спортивным и подвижным играм в зависимости от поставленных задач; Определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по спортивным и подвижным играм;</p>

		<p>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. Групповая тактика игры в защите. Командная тактика игры в нападении и защите.</p> <p>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 технико-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</p>	<p>Использовать методы, средства и методические приёмы при проведении занятий по подвижным и спортивным играм в зависимости от поставленных задач;</p> <p>Показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в подвижных и спортивных играх;</p> <p>Контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств спортивных и подвижных игр;</p> <p>Оценивать качество выполнения упражнений в подвижных и спортивных играх и определять ошибки в технике;</p> <p>Определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в подвижных и спортивных играх, подбирать приёмы и средства их устранения;</p> <p>Владеть: Навыками составления упражнений по обучению техническим приёмам спортивных игр и подбору подвижной игры с учётом возраста и контингента занимающихся;</p> <p>Техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры;</p>
4	<p>Организация и проведение спортивных и подвижных игр в образовательных учреждениях</p>	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>	<p>Знать: Принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по подвижным и спортивным играм;</p> <p>Содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств подвижных и спортивных игр;</p> <p>Способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр;</p> <p>Уметь: Ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по подвижным и спортивным играм;</p> <p>Использовать методы, средства и методические приёмы при проведении занятий по подвижным и спортивным играм в зависимости от поставленных задач;</p> <p>Применять методы организации учебной деятельности на занятиях по подвижным и спортивным играм с учётом</p>

		<p>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.</p> <p>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 во внеурочных и внешкольных формах физического воспитания в школе.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Содержание и методика проведения народных, национальных подвижных игр. Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Комплекс народных, национальных подвижных игр.</p> <p>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.</p> <p>Организация и проведение подвижной игры по заданию.</p> <p>Учебная практика студентов по заданию.*</p> <p>Баскетбол Проведение занятия по баскетболу в общеобразовательной школе.</p> <p>Волейбол Проведение занятия по волейболу в общеобразовательной школе.</p> <p>Гандбол</p>	<p>материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; Распределять на протяжении занятия средства подвижных и спортивных игр с учётом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;</p> <p>Использовать средства спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств, в том числе, для ИВАС;</p> <p>Организовать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения 30 упражнений спортивных и подвижных игр;</p> <p>Использовать систему нормативов и методов контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по подвижным и спортивным играм;</p> <p>Владеть: Навыками планирования (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) занятий по подвижным и спортивным играм;</p> <p>Навыками планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств подвижных и спортивных игр;</p> <p>Навыками проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр;</p> <p>Навыками проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств подвижных и спортивных игр с учётом возрастных особенностей контингента занимающихся;</p>
--	--	--	---

		Проведение занятия по гандболу в общеобразовательной школе.	
5	Обеспечение техники безопасности при занятиях спортивными и подвижными играми	<p>Подвижные игры Содержание и методика проведения подвижных игр с различным двигательным содержанием.</p> <p>Баскетбол Обеспечение техники безопасности при занятиях баскетболом.</p> <p>Волейбол Обеспечение техники безопасности при занятиях волейболом.</p> <p>Гандбол Обеспечение техники безопасности при занятиях гандболом.</p>	<p>Знать: 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; Приёмы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств подвижных и спортивных игр; Требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по подвижным и спортивным играм; Особенности занятий подвижными и спортивными играми с учащимися различных медицинских групп;</p> <p>Уметь: Обеспечивать безопасность выполнения упражнений на занятиях по подвижным и спортивным играм; Разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях по подвижным и спортивным играм, при использовании спортивного инвентаря; Вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдению техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях по подвижным и спортивным играм; Организовать 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;</p> <p>Владеть: Навыками проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях по подвижным и спортивным играм; Навыки обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по подвижным и спортивным играм;</p>
6	Организация и проведение соревнований по подвижным и спортивным играм	<p>Баскетбол Организация и проведение соревнований по баскетболу.</p> <p>Волейбол Организация и проведение соревнований по волейболу.</p> <p>Гандбол Организация и проведение соревнований по гандболу.</p>	<p>Знать: Правила и организация соревнований в подвижных и спортивных играх;</p> <p>Уметь: 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; Осуществлять подготовку обучающихся,</p>

			<p>в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях по подвижным и спортивным играм;</p> <p>Владеть: Навыками проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств подвижных и спортивных игр с учётом возрастных особенностей контингента занимающихся.</p>
--	--	--	--

5. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 3 СЕМЕСТР

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	<p>Лекция №1. <i>(Тема 1.1.История возникновения и развития подвижных игр)</i> Этапы возникновения и развития подвижных игр. Развитие подвижных игр в России. Созидательная роль подвижных игр во всех отраслях жизнедеятельности человека.</p> <p>План лекции:</p> <ol style="list-style-type: none"> 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	<p>Лекция №2. <i>(Тема 1. 2.Общая характеристика подвижных игр)</i> Подвижные игры как вид двигательной деятельности. Характеристика и влияние подвижных игр на организм занимающихся. Функции подвижных игр.</p> <p>План лекции:</p> <ol style="list-style-type: none"> 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	<p>Лекция №3. <i>(Тема 2.1.Классификация и терминология в подвижных играх)</i> 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.</p> <p>План лекции:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предмет и основные понятия подвижных игр. 2. Педагогическая группировка подвижных игр. 	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
5	<p>Занятие № 1. <i>(Тема 5.1.Содержание и методика проведения подвижных игр с различным двигательным содержанием)</i></p> <p>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</p>	2

	активностью, воспитание личностных качеств. Техника безопасности при проведении: линейных, встречных и круговых эстафет.	
4	<p>Занятие № 2. (Тема 4.1.Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях с дошкольниками)</p> <p>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.</p>	2
4	<p>Занятие № 3. (Тема 4.1.Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях с дошкольниками)</p> <p>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.</p>	2
4	<p>Занятие № 4 (Тема 4.1.Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях с дошкольниками.)</p> <p>План занятия: «Классификация подвижных игр. Содержание, методика организации и проведения подвижных игр с дошкольниками» - Опрос</p>	2
4	<p>Занятие № 5 (Тема 4.2.Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 1-4 классах)</p> <p>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.</p>	2
4	<p>Занятие № 6 (Тема 4.2.Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 1-4 классах)</p> <p>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</p>	2

	<p>качестве руководителя.</p> <p>3. Комплекс подвижных игр для учащихся 1-4 классов.</p>	
4	<p>Занятие № 7 (Тема 4.3.Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 5-9 классах)</p> <p>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.</p>	2
4	<p>Занятие №8 (Тема 4.3.Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 5-9 классах)</p> <p>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.</p>	2
4	<p>Занятие № 9 (Тема 4.4.Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 10-11 классах)</p> <p>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.</p>	2
4	<p>Занятие №10 (Тема 4.4.Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 10-11 классах)</p> <p>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 10-11 классов.</p>	2
4	<p>Занятие № 11 (Тема 4.5.Содержание и методика проведения подвижных игр во внеурочных и внешкольных формах физического воспитания в школе)</p>	2

	<p>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, 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.</p>	
4	<p>Занятие № 12 (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.</p>	2
4	<p>Занятие № 13 План занятия: «Содержание, методика организации и проведения подвижных игр в общеобразовательной школе» - Опрос</p>	2
4	<p>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.</p>	2
4	<p>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.</p>	2
4	<p>Занятие № 16 (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.</p>	2
4	<p>Занятие № 17</p>	2

	<p>(Тема 4.7.Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях со студентами.)</p> <p>План занятия: 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 со студентами.</p>	
4	<p>Занятие №18 (Тема 4.6.Содержание и методика проведения подвижных игр в занятиях по различным видам спорта.)</p> <p>План занятия: «Содержание, методика организации и проведения подвижных игр в занятиях по различным видам спорта» - Опрос</p>	2
4	<p>Занятие № 19</p> <p>План занятия: «Содержание, методика организации и проведения подвижных игр в урочных и неурочных формах физического воспитания» - Опрос</p>	2
4	<p>Занятие № 20 (Тема 4.8.Содержание и методика проведения народных, национальных подвижных игр)</p> <p>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.</p>	2
4	<p>Занятие № 21 (Тема 4.8.Содержание и методика проведения народных, национальных подвижных игр)</p> <p>План занятия: 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. Комплекс народных, национальных подвижных игр.</p>	2
4	<p>Занятие № 22 (Тема 4.9.Содержание и методика проведения подвижных игр с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья)</p> <p>План занятия: 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.</p>	2
4	<p>Занятие № 23 (Тема 4.9.Содержание и методика проведения подвижных игр с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья)</p> <p>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.</p>	2

4	<p>Занятие № 24 (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.</p>	2
4	<p>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.</p>	2
4	<p>Занятие № 26 (Тема 4.11:Учебная практика студентов по заданию) План занятия: Анализ и оценка проведения подвижной игр по заданию (контроль практических умений). Анализ конспекта игры по заданию. Анализ руководства участниками ПИ. Изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве участника игры.</p>	2
4	<p>Занятие № 27 (Тема 4.11:Учебная практика студентов по заданию) План занятия: Анализ и оценка проведения подвижной игр по заданию (контроль практических умений). Анализ конспекта игры по заданию. Анализ руководства участниками ПИ. Изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве участника игры.</p>	2
4	<p>Занятие № 28 (Тема 4.11: Учебная практика студентов по заданию) План занятия: Анализ и оценка проведения подвижной игр по заданию (контроль практических умений). Анализ конспекта игры по заданию. Анализ руководства участниками ПИ. Изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве участника игры.</p>	2
4	<p>Занятие № 29 (Тема 4.11: Учебная практика студентов по заданию) План занятия: Анализ и оценка проведения подвижной игр по заданию (контроль практических умений). Анализ конспекта игры по заданию. Анализ руководства участниками ПИ. Изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве участника игры.</p>	2
4	<p>Занятие №30 «Содержание и методика проведения народных, национальных подвижных игр и подвижных игр с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья» – Опрос</p>	2

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 4 СЕМЕСТР ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
РАЗДЕЛ БАСКЕТБОЛ		
1	<p>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.)</p>	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
РАЗДЕЛ БАСКЕТБОЛ		
3	Занятие № 1 (Тема 3.1. Технические действия игры в нападении Тема 5. 1.Обеспечение техники безопасности при занятиях баскетболом) План занятия: 1. Передвижения, остановки, повороты. 2. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении и одной рукой от плеча. 3. Ведение мяча (на месте, в движении, с изменением скорости и направления движения). 4. Броски в корзину одной рукой сверху (с ближней и средней дистанции).	2
4	Занятие № 2 (Тема 4.1.Проведение занятий по баскетболу в общеобразовательной школе Тема 3.1. Технические действия игры в нападении) План занятия: 1. Ловля и передача мяча двумя руками сверху и одной снизу (на месте и в движении). 2. Переводы мяча перед собой и повороты во время движения. 3. Броски в корзину одной рукой сверху после ведения. 4. Учебная игра в баскетбол, практика судейства.	2
3	Занятие № 3 (Тема 3.2 Техничко-тактические действия игры в нападении.) План занятия: 1. Ловля мяча, отскочившего от щита и длинная передача. 2. Броски одной и двумя руками снизу в движении. 3. Взаимодействия нападающих в завершающей стадии быстрого прорыва 2х1. 4. Учебная игра в баскетбол. 5. Оценка судейских навыков студентов.	2
3	Занятие № 4 (Тема 3.6. Техничко-тактические действия игры в защите) План занятия: 1. Держание игрока с мячом, игрока на ближней и дальней от мяча стороне площадки. 2. Личная защита (прессинг и сконцентрированная защита). 3. Учебная игра.	2

	4. Оценка судейских навыков студентов.	
3	<p>Занятие № 5 (Тема 3.2 Технико-тактические действия игры в нападении.)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Передача и рывок к мячу для заслона. 2. Наведение на центрального игрока и скрестный проход. 3. Нападение с одним центровым игроком. 4. Учебная игра в баскетбол. 	2
3	<p>Занятие № 6 (Тема 3. 4. Групповые тактические действия в нападении.)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Передача и рывок к партнеру без мяча для заслона. 2. Заслон с наведением 3. Взаимодействие «тройка». 4. Учебная игра в баскетбол. 5. Практика судейства. 	2
3	<p>Занятие № 7 (Тема 3.5. Командные тактические действия в нападении.)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Быстрый прорыв в пятерках. 2. Позиционное нападение без центрального игрока. 3. Подвижные игры с элементами баскетбола. 	2
3	<p>Занятие № 8 (Тема 3.7 Групповые и командные тактические действия в защите)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Взаимодействия двух игроков при игре в защите: проскальзывание, переключение, подстраховка. 2. Групповой отбор. 3. Зонная защита (3х2, 2х3, 2х1х2, 1х2х2). 4. Учебная игра в баскетбол. 	2
3	<p>Занятие № 9 (Тема 3.5 Командные тактические действия в нападении.)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Позиционное нападение с двумя центровыми игроками. 2. Зонный прессинг. 3. учебная игра в баскетбол. 4. Оценка судейских навыков студентов. 	2
6	<p>Занятие № 10 (Тема 6.1. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Тема 5.1. Обеспечение техники безопасности при занятиях баскетболом)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Организация и проведение первенства группы по баскетболу. 2. Техника безопасности при занятиях баскетболом. 3. Учебная игра в баскетбол. 4. Формирование судейских навыков у студентов. 	2
3	<p>Занятие № 11 (Тема 3.3 Выполнение технических приемов игры)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Выполнение комбинированного упражнения. 	2
3	<p>Занятие № 12 (Тема 3.3 Выполнение технических приемов игры)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Выполнение комбинированного упражнения. 	2
3	<p>Занятие № 13 (Тема 3.3 Выполнение технических приемов игры)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Выполнение комбинированного упражнения. <p>Оценивание практических умений. «Выполнение технических приемов игры баскетбол» -</p>	2
1	<p>Занятие № 14 (История возникновения и развития баскетбола, общая характеристика, правила, техника и тактика игры.)</p>	2

	План занятия: «Правила игры, техника и тактика баскетбола. Методика начального обучения» - Опрос	
РАЗДЕЛ ВОЛЕЙБОЛ		
3	<p>Занятие № 1 (Тема 3.1.Технические приемы игры в нападении. Тема 5. 1.Обеспечение техники безопасности при занятиях волейболом.)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 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. 4.Учебная игра волейбол. 	2
4	<p>Занятие № 2 (Тема 4.1.Проведение занятий по волейболу в общеобразовательной школе Тема 3.1. Технические приемы игры в нападении.)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Передача двумя руками снизу (передача на месте и после перемещения). 2.Нижняя боковая подача. 3.Прием мяча с подачи двумя руками сверху. 4.Учебная игра волейбол. 5.Оценка судейских навыков студентов. 	2
3	<p>Занятие № 3 (Тема 3.1 Технические приемы игры в нападении)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Передача двумя руками сверху и снизу после перемещения в парах и тройках. 2.Верхняя прямая подача. 3.Прием мяча после нападающего удара. 4.Учебная игра волейбол. 5.Оценка судейских навыков студентов. 	2
3	<p>Занятие № 4 (Тема 3.1 Технические приемы игры в нападении)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Прямой нападающий удар. 2. Учебная игра волейбол. 3. Оценка судейских навыков студентов. 	2
3	<p>Занятие № 5 (Тема 3.1.Технические приемы игры в защите)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Блокирование (одиночное и групповое). 2.Верхняя прямая подача на силу и точность. 3. Прием мяча двумя руками снизу после подачи. 4.Оценка судейских навыков студентов. 	2
3	<p>Занятие № 6 (Тема 3.2.Индивидуальная тактика игры в нападении и защите)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Индивидуальные действия в нападении. 2.Индивидуальные действия в защите. 3.Учебная игра волейбол. 4.Оценка судейских навыков студентов 	2
3	<p>Занятие № 7 (Тема 3.2.Групповая тактика игры в нападении)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Групповые действия в нападении. 2.Индивидуальные действия в нападении. 3.Учебная игра волейбол. 4.Оценка судейских навыков студентов. 	2
3	<p>Занятие № 8 (Тема 3.2. Групповая тактика игры в защите)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Групповые действия в защите. 2.. Индивидуальные действия в защите. 	2

	3. Учебная игра волейбол. 4. Оценка судейских навыков студентов.	
6	Занятие № 9 (Тема 6.1. Организация и проведение соревнований по волейболу. Тема 5.1. Обеспечение техники безопасности при занятиях волейболом Тема 3.2. Командная тактика игры в нападении и защите.) План занятия: 1. Организация и проведение первенства группы по волейболу. 2. Техника безопасности при занятиях волейболом. 3. Командные действия в нападении и защите. 4. Система нападения через игрока 1 линии. 5. Системы игры в защите («углом вперед», «углом назад»). 6. Учебная игра волейбол. 7. Оценка судейских навыков студентов.	2
3	Занятие № 10 (Тема 3.3. Выполнение технико-тактических действий в волейболе) План занятия: 1. Передача двумя руками сверху в движении (передвижение от боковой до боковой линии волейбольной площадки в коридоре, шириной три метра, с поворотом на 180 градусов и возвращением к линии старта). Высота передачи не ниже 1,5 метров, количество передач – не менее 12 раз. 2. Передача двумя руками снизу (в круге, диаметром 3 метра, выполнить 10 передач над собой). 3. Поддача любым изученным способом (из 5 подач 3 перебить через сетку).	2
3	Занятие № 11 (Тема 3.3. Выполнение технико-тактических действий в волейболе) План занятия: 1. Передача двумя руками сверху в движении (передвижение от боковой до боковой линии волейбольной площадки в коридоре, шириной три метра, с поворотом на 180 градусов и возвращением к линии старта). Высота передачи не ниже 1,5 метров, количество передач – не менее 12 раз. 2. Передача двумя руками снизу (в круге, диаметром 3 метра, выполнить 10 передач над собой). 3. Поддача любым изученным способом (из 5 подач 3 перебить через сетку).	2
3	Занятие № 12 (Тема 3.3. Выполнение технико-тактических действий в волейболе) План занятия: 1. Выполнение технических приемов игры волейбол А. Передача двумя руками сверху в движении (передвижение от боковой до боковой линии волейбольной площадки в коридоре, шириной три метра, с поворотом на 180 градусов и возвращением к линии старта). Высота передачи не ниже 1,5 метров, количество передач – не менее 12 раз. Б. Передача двумя руками снизу (в круге, диаметром 3 метра, выполнить 10 передач над собой). В. Поддача через сетку любым изученным способом (из 5 подач 3 перебить через сетку). 2. Оценивание практических умений.	2
1	Занятие № 13 (История возникновения и развития волейбола, общая характеристика, правила игры, техника и тактика игры). План занятия: «Техника и тактика игры волейбол. Методика начального обучения. Правила игры»- Опрос	2
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	<p>Занятие № 2 (Тема 3.1.Технические приемы игры в нападении и защите)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Бег с изменением направления, спортивное хождение, 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. 5.Подвижные игры: «Борьба за мяч» (по зонам), «Защита крепостей». 	2
4	<p>Занятие № 3 (Тема 4.1.Проведение занятия по гандболу в общеобразовательной школе. Тема 3.2.Индивидуальные технико-тактические действия в нападении и защите.)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Передвижение гандболиста. 2.Комбинированные упражнения в ловле, передаче и бросках мяча в движении. 3.Броски мяча согнутой рукой сверху в прыжке. 4.Стойка вратаря, передвижение в воротах. 5.Учебная игра в гандбол на одни ворота и на двое ворот. 6.Практика судейства. 	2
3	<p>Занятие № 4 (Тема 3.2.Индивидуальные технико-тактические действия в нападении и защите.)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Подвижная игра: «Пятнашки» (два вида). 2.Стойка вратаря и задержание мяча. 3.Комбинированные упражнения в бросках мяча в ворота. 4.Учебная игра в гандбол. 5. Практика судейства. 	2
3	<p>Занятие № 5 (Тема 3.2.Групповые и командные технико-тактические действия в нападении и защите.)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Передвижение гандболиста. 2.Бросок мяча согнутой рукой сверху в прыжке. 3.Передний заслон без мяча. 4.Задержание мяча вратарем. 5.Учебная игра с применением зонной системы защиты 6:0 и позиционного нападения 3:3. 6.Быстрый прорыв. 7.Практика судейства. 	2
3	<p>Занятие № 6 (Тема 3.2.Групповые и командные технико-тактические действия в нападении и защите)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Передвижение нападающего в гандболе. 2.Комбинированные упражнения с ловлей, передачами и бросками мяча в ворота. 3.Броски мяча при единоборстве с защитником. 4.Блокирование мяча при бросках. 5.Взаимодействие в паре с применением бокового заслона. 6. Входы крайних игроков в позиционном нападении. 7.Проскальзывание, переключение при игре в позиционной защите. 8.Учебная игра. Позиционная система защиты 6:0 против позиционного нападения 3:3. 9.Учебная игра с применением зонной защиты (6:0). 10. Практика судейства. 	2
6	<p>Занятие № 7 (Тема 6.1. Организация и проведение соревнований по гандболу. Тема 5.1.Обеспечение техники безопасности при занятиях гандболом Тема 3.2. Групповые и командные технико-тактические действия в нападении и защите)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 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 (отрыв) с использованием коротких и длинных передач. 5.Задержание мяча вратарем при бросках с дальних позиций. 6.Учебная игра с применением комбинированной системы защиты 5+1 и позиционного нападения 3:3. 	2

	7. Учебная игра с применением зонной системы защиты 3:3 и позиционного нападения 4:2. 8. Практика судейства.	
3	Занятие № 8 (Тема 3.3 Выполнение технико-тактических действий в гандболе) План занятия: 1. Выполнение комбинированного упражнения: бег с изменением направления, остановки, повороты, передачи, ловлю мяча и бросок мяча в прыжке в завершающей стадии. 2. Учебная игра. 3. Практика судейства.	2
3	Занятие № 9 (Тема 3.3 Выполнение 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 № 10 (Тема 3.3 Выполнение 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
1	Занятие № 11 (История возникновения и развития гандбола, общая характеристика, правила, техника и тактика игры) План занятия: Оценивание теоретических знаний. 1. Техника, тактика и методика обучения. 2. Правила игры гандбол. «Техника и тактика игры гандбол. Методика начального обучения. Правила игры» - Опрос	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 3 СЕМЕСТР

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция №1 (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

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	2

	<p>двигательным действиям, формирование двигательного опыта, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств.</p> <p>Техника безопасности при проведении: линейных, встречных и круговых эстафет.</p> <p>Содержание учебного материала темы в виде логической структуры.</p> <p>Значение ПИ. ПИ-средство, форма и метод физического воспитания дошкольников.</p> <p>Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности дошкольников, формы занятий, место и условия проведения, инвентарь.</p> <p>Классы ПИ: некомандные, переходные, командные.</p> <p>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.</p> <p>Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.</p>	
4	<p>Занятие № 2</p> <p>(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)</p> <p>План занятия:</p> <p>Содержание учебного материала темы в виде логической структуры.</p> <p>Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод физического воспитания.</p> <p>Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности учащихся 5-9 классов, структура урока физического воспитания, место и условия проведения, инвентарь, количество учащихся.</p> <p>Классы ПИ: некомандные, переходные, командные.</p> <p>Педагогическое значение ПИ: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений.</p> <p>Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.</p> <ol style="list-style-type: none"> 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	<p>Занятие № 3</p> <p>(Тема 4.7. Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях со студентами.Тема 4.8. Содержание и методика проведения народных, национальных подвижных игр.</p> <p>Тема 4.9. Содержание и методика проведения подвижных игр с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья)</p> <p>План занятия:</p> <p>Содержание учебного материала темы в виде логической структуры.</p> <p>Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод спортивной подготовки.</p> <p>Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности занимающихся, структура тренировочного занятия.</p> <p>Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.</p> <p>Содержание учебного материала темы в виде логической структуры.</p> <p>Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод физического воспитания и ПИ - как средство народной педагогики.</p> <p>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.</p>	2

<p>Классы ПИ и примеры народных ПИ: некомандные, переходные, командные и русские народные игры, игры народов мира.</p> <p>Направленность содержания ПИ: организация активного отдыха, организация досуга.</p> <p>Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.</p> <p>Содержание учебного материала темы в виде логической структуры.</p> <p>Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод физического воспитания и ПИ - как средство АФК.</p> <p>Факторы, определяющие выбор ПИ: особенности учащихся с отклонениями в состоянии здоровья, формы занятия, место и условия проведения, инвентарь,</p> <p>Классы ПИ и примеры ПИ: некомандные, переходные, командные.</p> <p>Содержание ПИ с учетом особенностей отклонений в состоянии здоровья.</p> <p>Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.</p>	
---	--

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 4 СЕМЕСТР ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	<p>ЛЕКЦИЯ № 1.</p> <p>(Тема 1.1. История возникновения и развития спортивных игр, общая характеристика и правила игры.</p> <p>Тема 2.1. Систематика, терминология и классификация техники и тактики спортивных игр.)</p> <p>План лекции:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. История возникновения и развития спортивных игр. 2. Общая характеристика спортивных игр. 3. Правила игры. 4. Систематика, терминология и классификация техники и тактики спортивных игр. 	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
Раздел Баскетбол		
3	<p>Занятие № 1</p> <p>(Тема 3.1. Технические действия игры баскетбол в нападении; Тема 3.2. Техничко-тактические действия игры баскетбол в нападении и в защите)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Передвижения, остановки, повороты. 2. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении и одной рукой от плеча. 3. Ведение мяча (на месте, в движении, с изменением скорости и направления движения). 4. Броски в корзину одной рукой сверху (с ближней и средней дистанции). 5. Ловля и передача мяча двумя руками сверху и одной снизу (на месте и в движении). 6. Переводы мяча перед собой и повороты во время движения. 7. Броски в корзину одной рукой сверху после ведения. 8. Держание игрока с мячом, игрока на ближней и дальней от мяча стороне площадки, личная защита (прессинг и сконцентрированная защита). 9. Передача и рывок к мячу для заслона. Наведение на центрального игрока и скрестный проход. 10. Нападение с одним центровым игроком, передача и рывок к партнеру без мяча для заслона, заслон с наведением. 11. Взаимодействие «тройка», быстрый прорыв в пятерках, взаимодействия двух игроков при игре в защите: проскальзывание, переключение, подстраховка. Зонная защита (3x2, 2x3, 2x1x2, 1x2x2). 12. Учебная игра в баскетбол, практика судейства. Взаимодействия нападающих в завершающей стадии быстрого прорыва 2x1. 	2
Раздел Волейбол		
3	Занятие № 2	2

	<p>(Тема 3.3.Технические приемы игры волейбол в нападении.)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 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. 	
Раздел Гандбол		
3	<p>Занятие № 3</p> <p>(Тема 3.5.Технические приемы игры в нападении и защите в гандболе.)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 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

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины (модуля):

ОСНОВНАЯ:

1. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры : учебник для студентов образовательных учреждений высшего образования, обучающихся по направлению "Физическая культура" / 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.
2. Григорьев, О. А. Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере : учебное пособие для вузов / О. А. Григорьев, Е. А. Стеблецов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 261 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12478-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448444>
3. 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>
4. 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, 2020. — 322 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11314-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456321>
5. 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>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. 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.
2. Волейбол. Баскетбол. Гандбол: Организация и проведение соревнований по спортивным играм / В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина, В.Ф. Кириченко ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2014. – 136 с. : ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429370>
3. Волейбол: теория и практика / под общ. ред. В.В. Рыцарева ; худож. Е. Ильин. – Москва : Спорт, 2016. – 456 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>
4. 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. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 5,1 МБ). - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2015. – 258 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Материалы для работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / сост. О.М. Чусовитина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра педагогики. – Омск : Издательство СибГУФК, 2015. – 151 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459410>

6. Нестеровский, Д.И. Теория и методика баскетбола : учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению "Педагогическое образование" / Д.И. Нестеровский. - 6-е изд., перераб. - Москва : Академия, 2014. - 348, [1] с. : ил.
7. Семянникова, В.В. Организационно-методические основы подвижных игр : учебное пособие / В.В. Семянникова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина». – Елец : Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2011. – 96 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272302>
8. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства : учебник для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физическая культура" / под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - 4-е изд., стер. - Москва : Академия, 2010. - 396, [1] с.
9. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физическая культура" / под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - 6-е изд., стереотип. - Москва : Академия, 2010. - 517, [1] с. : ил.
10. Теория и методика спортивных игр : учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению "Педагогическое образование", профиль "Физическая культура" / под ред. Ю. Д. Железняк. - 9-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 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](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](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\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Методический кабинет кафедры теории и методики спортивных игр (аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации) (2 этаж, нежилое помещение №2) – Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; скамья-6 шт., письменный стол-1шт., стул-6шт., Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., Экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., 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.

2. Помещение для проведения практических занятий-Зал №5 (1 этаж, нежилое помещение №20) – Оборудование: Гимнастическая стенка-4шт., гимнастическая скамейка-6шт., щит баскетбольный-6шт, баскетбольные мячи-12шт., табло электронное, стойки бадминтонные-4шт., сетка бадминтонная-6шт., бадминтонные ракетки-12комплектов, воланы-36шт.

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

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

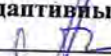
Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

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

Направленность (профиль):
Адаптивный спорт

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
Адаптивный спорт
 Аксенов А.В.

Рассмотрена и утверждена на заседании
кафедры
«19» июня 2019 г., протокол № 9

Зав. кафедрой  Курамшин Ю.Ф.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» 06 2019 г., протокол № 14

Автор-разработчик:
доцент кафедры ТИМФК, к.п.н., доцент
Титорова О.Н.

Санкт-Петербург, 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ 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	
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, чувствительные 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 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	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

	<p>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</p>	<p>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,</p>
--	--	---

	<p>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.</p>	<p>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.</p>
	<p>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</p>	<p>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,</p>

	<p> 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, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, мионометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики </p>	<p> 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, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, мионометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и </p>
--	--	---

	<p>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.</p>	<p>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.</p>
	<p>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</p>	<p>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,</p>

	<p>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.</p>	<p>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.</p>
<p>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</p>	<p>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;</p>	<p>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.</p>
	<p>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</p>	<p>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</p>

	<p>культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций;</p>	<p>особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций.</p>
	<p>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;</p>	<p>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.</p>
<p>ОПК-12. Способен проводить исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования.</p>	<p>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</p>	<p>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</p>

	<p>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; - актуальные вопросы развития ИВАС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности; - назначение и область применения основных методов исследования в физической культуре 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</p>	<p>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; - актуальные вопросы развития ИВАС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности; - назначение и область применения основных методов исследования в физической культуре 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.</p>
	<p>ОПК-12.2. Умеет: - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам</p>	<p>Умеет: - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного</p>

	<p>осуществления тренировочного и образовательного процессов;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 ИВАС, 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 ИВАС, разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования в ИВАС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, мионометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики 	<p>и образовательного процессов;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 ИВАС, 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 ИВАС, разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования в ИВАС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, мионометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной
--	---	--

	<p>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 СпилбергераХанина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента; - использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ); - анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВАС; - анализировать и интерпретировать полученные результаты; - формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации; - составлять и оформлять список литературы; - представлять результаты</p>	<p>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 СпилбергераХанина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента; - использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ); - анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВАС; - анализировать и интерпретировать полученные результаты; - формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации; - составлять и оформлять список литературы;</p>
--	---	---

	<p>собственных исследований перед аудиторией; - формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ; - использовать технические и программные средства публичных выступлений.</p>	<p>- представлять результаты собственных исследований перед аудиторией; - формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ; - использовать технические и программные средства публичных выступлений.</p>
	<p>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.</p>	<p>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.</p>
<p>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</p>	<p>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</p>	<p>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</p>

	<p>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</p>	<p>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;</p>
--	---	---

	<p>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</p>	<p>- 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</p>
--	--	--

	<p>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.</p>	<p>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.</p>
	<p>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</p>	<p>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;</p>

	<p>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,</p>	<p>– 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,</p>
--	---	--

	<p>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.</p>	<p>занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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:

	<p>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 атлетике, 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.</p>	<p>- 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 атлетике, 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.</p>
--	--	---

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 (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	14		14							
В том числе:										
Занятия лекционного типа	6		6							
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	8		8							
Промежуточная аттестация (зачет)	4		4							
Самостоятельная работа студента	126		126							
<i>В том числе:</i>	<i>20</i>		<i>20</i>							
<i>Выполнение контрольной работы</i>	<i>20</i>		<i>20</i>							
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.	Общая характеристика системы физической культуры	<p>Основные понятия теории физической культуры. Тенденции формирования теории физической культуры в системе знаний о физической культуре. Физическая культура как предмет научного познания. Структура теории физической культуры как науки, ее место и взаимосвязь с другими науками, методологическое, познавательное и практическое значение. Проблематика и перспективы формирования обобщающей теории в сфере физической культуры. 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. 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</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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

		<p>обществе. Физкультурная деятельность как способ бытия человека и фактор его духовного и физического развития. Цель функционирования системы физической культуры. 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.</p>	<p>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; актуальные вопросы развития ИВАС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности; - назначение и область применения основных методов исследования в физической культуре 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</p>
--	--	--	---

			<p>ссылки.</p> <ul style="list-style-type: none"> - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - положения теории физической культуры, определяющие методiku проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся.
2.	Средства и методы формирования физической культуры личности	<p>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 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. Стил и манера техники исполнения физических упражнений. Классификация техники, её общая</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - 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

		<p>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.</p> <p>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.</p> <p>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</p>	<p>организма человека; физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;</p> <ul style="list-style-type: none"> - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВАС; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВАС, физкультурно-
--	--	--	--

		<p>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</p>	<p>оздоровительной деятельности, организационно-управленческого процесса в ФСО (в зависимости от направленности ОПОП);</p> <ul style="list-style-type: none"> - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека.
--	--	---	---

		<p>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, обуславливающие 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.</p>	
3	Обучение двигательным действиям	<p>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</p>	<p>Знает: анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений;</p>

		<p>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 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.</p> <p>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.</p> <p>Этап совершенствования. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Специфические отличия этого этапа при обучении различным</p>	<p>- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС;</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; - определять задачи научного исследования; - анализировать инновационные методики; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью;
--	--	---	---

		<p>двигательным действиям. Контроль и самоконтроль на этапе совершенствования двигательных действий.</p> <p>Воспитание социально-личностных качеств занимающихся в процессе занятий физическими упражнениями: целеустремленности, организованности, трудолюбия, ответственности, коммуникативности, толерантности.</p> <p>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.</p> <p>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</p>	
--	--	---	--

		<p>способностей в сфере физической культуры. Задачи и содержание эстетического воспитания. Основные методические пути эстетического воспитания в процессе занятий физическими упражнениями.</p> <p>Личность педагога - важный фактор формирования физической культуры личности занимающихся. Требования к профессиональным способностям, подготовленности и мастерству.</p>	
4	Развитие физических способностей	<p>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 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</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических качеств и факторы, их определяющие; - анатомио-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем

		<p>при использовании силовых упражнений в рамках отдельного занятия и серии занятий.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Развитие выносливости. Обобщенное понятие о выносливости как комплексе функциональных возможностей, определяющих способность</p>	<p>физической работоспособности;</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; - 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;
--	--	---	--

		<p>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.</p>	<p>- определять задачи научного исследования; - анализировать инновационные методики;</p>
--	--	--	---

		<p>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 статической 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</p>	
--	--	--	--

		<p>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 физической культуры. Упражнения, направленные на формирование навыка рациональной осанки, ее закрепление и коррекцию нарушений осанки. Другие средства, способствующие формированию осанки. Основные методические правила использования упражнений на осанку, содействующие методические приемы и условия. Нормирование нагрузок при формировании, коррекции и закреплении осанки. Контроль за осанкой.</p> <p>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</p>	
--	--	--	--

		<p>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.</p>	
5	<p>Организационно-технологические основы занятий физическими упражнениями</p>	<p>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 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,</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС. - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп. - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и

		<p>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 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</p>	<p>дополнительные формы занятий; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВАС. - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС; Умеет: - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабиллометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о</p>
--	--	--	--

		<p>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 учебных планов и рабочей программы применительно к реальным условиям и особенностям контингента. Особенности разработки перспективного плана. Основные показатели, подлежащие перспективному планированию, общие правила расчета показателей. График реализации учебного плана. Основные правила распределения материала занятий, расчета параметров и динамики нагрузок, определения сроков выполнения контрольных задач. Поэтапное планирование. Основные правила расчета количественных показателей этапных планов, 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</p>	<p>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;</p>
--	--	---	---

		<p>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 показательные 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.</p>	<p>- интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС. - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта.</p> <p>Имеет опыт: - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС. - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;</p>
6	Физическая культура в системе	Социально-педагогическое значение физического воспитания дошкольников. Возрастная	Знает: - принципы, условия и задачи психологического

	<p>дошкольного и общего образования</p>	<p>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.</p> <p>Профилактика нарушений осанки, особенностей закаливания. Оценка состояния здоровья дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями.</p> <p>Роль физической культуры в подготовке детей к обучению в школе. Характеристика программ по физической культуре детей дошкольного возраста.</p> <p>Социально-педагогическое значение физического воспитания детей школьного возраста. Типичные возрастные особенности и главные виды деятельности.</p> <p>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</p>	<p>сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования;</p> <p>- роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем;</p> <p>- 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;</p> <p>- 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</p>
--	---	--	--

		<p>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 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</p>	<p>освоения образовательных программ по физической культуре; - 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; - 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);</p>
--	--	--	--

		<p>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.</p>	<p>принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту;</p> <p>- содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</p> <p>правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</p> <p>- способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</p> <p>способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</p> <p>Умеет:</p> <p>- оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля;</p> <p>- проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический</p>
--	--	---	--

			<p>настрой спортсмена.</p> <ul style="list-style-type: none">- дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастнo-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок;- повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом;- поддерживать высокий уровень спортивной мотивации;- 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
--	--	--	--

		<p>величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач;</p> <ul style="list-style-type: none">- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетике, 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;- планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none">- проведения антропометрических измерений;- учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья;
--	--	--

			<ul style="list-style-type: none"> - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций; - 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; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии.
7	Физическая культура человека в различные периоды возрастного развития	<p>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 культуры</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности;

		<p>(ППФК). Цель, общие и специальные задачи ППФК, обусловленные характером и условиями профессиональной деятельности различных специалистов. Перенос результатов физкультурного образования на профессиональную деятельность. Основные положения, определяющие соответствие средств решения задач ППФК. 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 ППФК. 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</p>	<p>- методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - 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; 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;</p>
--	--	---	--

		<p>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.</p> <p>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.</p> <p>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</p>	<p>организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования;</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных
--	--	--	--

		<p>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.</p> <p>Возрастные границы пожилого и старшего возраста. Характеристика возрастнo-инволюционных изменений отдельных 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.</p> <p>Контроль над здоровьем и физической подготовленностью занимающихся физическими упражнениями в период поступательного развития, относительной стабилизации развития и в период замедленного развития. Особенности занятий с данным контингентом занимающихся. Технология контроля над состоянием занимающихся в период старения организма.</p>	<p>состояниях организма;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; - 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
--	--	---	---

			<p>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</p>
--	--	--	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	<p>Лекция № 1. Введение в теорию физической культуры. Основные понятия теории физической культуры. 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 физкультурного образования. Задачи функционирования системы физической культуры. 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. Социальные функции физической культуры, их виды. Основные социальные факторы и условия развития физической культуры.</p>	2
2.	<p>Лекция № 2. Средства и методы формирования физической культуры личности. Понятие о средствах, их классификационная характеристика. Физические упражнения - основное специфическое средство при решении задач физической культуры. Суть и основные признаки физических упражнений. Понятие о содержании и форме физических упражнений. Содержание физического упражнения как совокупность процессов, определяющих его воздействие на занимающегося. Форма физического упражнения как способ его выполнения, характеризующейся внешней и внутренней структурой. Взаимосвязь формы и содержания физического упражнения. Классификация физических упражнений и ее значение и виды. Эффект физических упражнений (ближайший, отложенный, кумулятивный). Зависимость эффекта физических упражнений от состояния занимающихся и различных условий их применения. Техника физических упражнений. Виды техники физического упражнения. Структура и состав техники. Основа техники движений, её ведущее звено и детали. Характеристики техники двигательных действий, их классификация. Количественные и обобщенные (качественные) характеристики техники двигательных действий. Естественно-средовые и гигиенические факторы как средства физической культуры. Характеристика понятий “метод”, “методический прием”, “методика”, “методическое направление”, “методический подход”. Классификация методов в теории физической культуры. Характеристика общеметодических методов в физической культуре. Методы словесного, наглядного воздействия, практического</p>	2

	<p>упражнения. Методы целостного и расчлененного упражнения, их назначение, разновидности и особенности применения. Характеристика специфических методов в физической культуре. Структурные основы методов строго регламентированных и нерегламентированных 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.</p> <p>Методы организации учебно-воспитательной деятельности занимающихся физическими упражнениями. Общие требования к выбору и применению методов.</p> <p>Методические принципы занятий физическими упражнениями. Значение общепедагогических принципов для понимания научно-практических основ занятий физическими упражнениями. Сущность принципов сознательности и активности, наглядности, доступности, индивидуализации, систематичности. Основные правила их реализации в процессе занятий физическими упражнениями.</p>	
3	<p>Лекция № 3 Основные закономерности процесса обучения двигательным действиям.</p> <p>Характеристика структуры процесса обучения двигательным действиям Понятие “обучение”, его сущность и содержание. Общая характеристика процесса обучения двигательным действиям. 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.</p> <p>Структура процесса обучения двигательным действиям и логики его этапов. Создание готовности к обучению двигательным действиям. Этап начального разучивания. Цель, задачи и особенности использования средств и методов, структура этапа и его продолжительность. Пути предупреждения и правила устранения ошибок. Этап углубленного разучивания. Цель, задачи и особенности использования средств и методов, структура этапа и его продолжительность. Пути предупреждения и правила устранения ошибок. Этап совершенствования и закрепления. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Специфические отличия этого этапа при обучении различным двигательным действиям. Контроль и самоконтроль на этапах обучения двигательным действиям.</p>	2
4	<p>Лекция № 4. Основные закономерности развития физических способностей.</p> <p>Общая характеристика физических способностей, как вида способностей человека. Понятие о физических качествах. Взаимосвязь физических качеств и способностей. Общие закономерности развития физических способностей. Классификации</p>	2

	<p>физических способностей. Характеристика видов, особенности методики и контроля развития.</p> <p>Роль и место физической культуры в формировании личностных 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. Задачи, содержание и пути нравственного воспитания. Основы методики воспитания волевых качеств личности в процессе физкультурной деятельности. Воспитания интеллектуальных и эстетических способностей средствами физической культуры.</p>	
5	<p>Лекция № 5. Общая характеристика форм построения занятий физическими упражнениями.</p> <p>Сущность, структура и функции организации занятий физическими упражнениями Составные части (компоненты) организации: планирование, контроль, учет, повышение квалификации руководителей занятий. Обеспечение проведения 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 урочных занятий по целевой направленности, по предметному содержанию, по преимущественному решению задач. Классификация неурочных занятий по целевой направленности, времени проведения, руководству, составу занимающихся.</p> <p>Содержание урочного занятия 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). Структура урока (понятие, связь с содержанием). Уровни структуры урока. Макроструктура урока (общая), мезоструктура (типовая), микроструктура (конкретная).</p> <p>Подготовка педагога к уроку: разработка содержания и микроструктуры, оформление конспекта, личная речевая и двигательная подготовка, материально-техническое обеспечение урока. Требования к содержанию и методике проведения урока.</p>	2
5	<p>Лекция № 6. Планирование и контроль в физической культуре.</p> <p>Понятие о планировании. Специфические объекты планирования в физической культуре. Виды планирования - перспективное, текущее и оперативное. Характеристика принципов планирования: учет уровня подготовленности занимающихся, состояния здоровья, пола, возраста, материально-технического обеспечения, климатогеографических условий. Технология планирования: основные операции и их последовательность. Перспективное планирование, рабочая программа. Основные правила распределения материала занятий, расчета параметров и динамики нагрузок, определения сроков выполнения контроля. Текущее планирование, распределения материала занятий, параметров и динамики нагрузки, контрольных сроков. Формы текущих планов.</p>	2

	<p>Оперативное планирование. Целесообразная степень детализации показателей текущего планирования на микроцикл и отдельное занятие. Общие правила разработки плана-конспекта занятия; их формы. Непрерывная оперативная корректировка планов на основе результатов контроля.</p> <p>Понятие контроля в процессе занятий физическими упражнениями. Объекты педагогического контроля. Виды контроля и учета в физической культуре.</p> <p>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. Текущий и оперативный контроль. Критерии, методы контроля и приемы их регистрации и анализа. Система текущего контроля. Технологии контроля в физической культуре. Самоконтроль. Основные показатели самоконтроля, методика их регистрации и анализа. Единство педагогического, врачебного и самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями. Понятие об учете в процессе занятий физическими упражнениями. Объекты учета. Этапный, текущий, оперативный учет. Методы и приемы регистрации показателей учета.</p> <p>Цель и задачи повышения квалификации специалистов в сфере физической культуры. Формы повышения квалификации: инструктажи, взаимное посещение занятий, пробные занятия, открытые уроки, инструкторско-методические и показательные занятия, учебно-методические сборы, их содержание и методика проведения. Виды обеспечения занятий физическими упражнениями: финансовое, материальное, учебно-методическое, научно-методическое, медицинское, информационное, их назначение и содержание.</p>	
6	<p>Лекция № 7. Социально-педагогическое значение физической культуры детей дошкольного возраста.</p> <p>Социально-педагогическое значение физического воспитания дошкольников. Возрастная классификация детей раннего и дошкольного возраста. Характеристика физического и психического развития. Задачи, особенности содержания и методики, формы занятий физическими упражнениями в перинатальный и постнатальный период развития детей, в дошкольных учреждениях и в семье. Особенности обучения движениям и развития физических способностей детей дошкольного возраста. Подвижные игры как средство физического воспитания дошкольников. Профилактика нарушений ОДА, особенностей закаливания. Оценка состояния здоровья дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями. Роль физической культуры в подготовке детей к обучению в школе. Характеристика нормативных документов по физической культуре детей дошкольного возраста. Особенности организации, форм занятий и методики проведения физкультурных и спортивных занятий с дошкольниками.</p>	2
6	<p>Лекция № 8. Социально-педагогическое значение физического воспитания детей школьного возраста.</p> <p>Возрастная классификация, типичные возрастные особенности и ведущие виды деятельности. Цель, задачи и направленность физического воспитания в школе. Особенности обучения движениям и развития физических способностей детей школьного возраста.</p>	2

	<p>Роль закономерностей возрастных изменений для развития физических способностей. Реализация методических принципов и особенности сочетания методов при обучении движениям и развитии физических способностей детей школьного возраста.</p> <p>Особенности методики развития кондиционных и координационных способностей. Методика решения оздоровительных задач физической культуры. Формирование физкультурной образованности детей.</p> <p>Формы занятий физическими упражнениями. Классификационная характеристика форм. Назначение и специфика уроков физической культуры. Назначение, направленность и виды занятий в режиме учебного дня. Назначение, черты, виды и задачи внеурочных форм занятий. Внешкольные занятия физической культуры и спортом, физическая культура в семье. Роль спорта в формировании физической культуры личности школьников. Особенности занятий спортом с детьми. Проблемы выбора предмета спортивной специализации и своевременного начала планомерной спортивной подготовки. Методические требования к занятиям спортом.</p>	
7	<p>Лекция № 9. Физическая культура в системе профессионального образования.</p> <p>Значение и особенности физкультуры в начальных и средних профессиональных учебных заведениях. Характеристика особенностей содержания предмета «Физическая культура» в системе профессионального образования. Связь профессионально-прикладной направленности программ с базовым уровнем общей физической подготовленности.</p> <p>Сущность профессионально-прикладной физической культуры (ППФК). Цель, общие и специальные задачи ППФК, обусловленные характером и условиями профессиональной деятельности различных специалистов. Перенос результатов физкультурного образования на профессиональную деятельность. Основные положения, определяющие соответствие средств решения задач ППФК. 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 ППФК.</p> <p>Значение, цель и основные задачи физической культуры в высших учебных заведениях. Формы организации физкультурного образования студентов. Учебные и вне учебные занятия, их особенности и методическая направленность. Организация и особенности содержания занятий по физической культуре в вузах. Элективные курсы по физической культуре. 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 по физической культуре.</p> <p>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.</p> <p>Профессионально-прикладная физическая культура в вузе,</p>	2

	особенности ее содержания и построения в зависимости от построения в зависимости от профиля избранной профессии. Особенности учебной, научной, организационной и финансово-хозяйственной деятельности кафедры физической культуры вуза. Специфические особенности работы преподавателя кафедры физической культуры вуза.	
7	<p>Лекция № 10. Физическая культура в жизни людей различного возраста.</p> <p>Возрастная классификация людей зрелого возраста. Особенности состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности людей различного возраста. Социально-биологические факторы, обуславливающие направленное использование отдельных форм физической культуры людьми а в различные периоды их жизни. Оптимальный объем ежедневных и недельных физических нагрузок при организации и проведении занятий с различным контингентом занимающихся.</p> <p>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.</p> <p>Возрастные границы пожилого и старшего возраста. Характеристика возраст-инволюционных изменений отдельных 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 поступательного развития, относительной стабилизации развития и в период замедленного развития. Технология контроля над состоянием занимающихся в период старения организма.</p>	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
2.	<p>Практическое занятие № 1. Средства физической культуры.</p> <p>Физическое упражнение. Техника физического упражнения: определение, состав, структура. Значение гигиенических и природных факторов как средств физической культуры. Технология описания модели техники двигательного действия.</p> <p>Задание 1: Разделиться на группы. Каждая группа выбирает физическое упражнение, определяет, что является его содержанием, формулирует двигательную задачу данного двигательного действия. Обсуждение и сообщение.</p> <p>Задание 2: Записать модель техники выбранного физического упражнения, выделить основу техники и ведущее звено. Определить и перечислить гигиенические факторы и силы природы, которые влияют, либо могут изменять влияние данного физического</p>	2

	<p>упражнения на организм занимающегося.</p> <p>Домашнее задание: Составить модель техники двигательного действия (УИРС № 1):</p> <p>Выбрать и записать название физического упражнения (для каждого обучающегося персональное задание). Сформулировать и записать двигательную задачу. Определить состав занимающихся (пол, возраст, подготовленность). Описать образец (модель) техники. Выделить элементы основы техники и ведущее звено.</p>	
2.	<p>Практическое занятие № 2. Методы формирования физической культуры личности.</p> <p>Технология подбора методов и методических приемов. Основные группы методов и их функции. Критерии оптимального выбора методов. Методы, направленные на приобретение знаний, их классификация. Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками, их классификационная характеристика. Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие физических способностей, их характеристика. Нагрузка и отдых как специфические компоненты методов совершенствования физических способностей. Особенности регламентации нагрузки и отдыха в методах развития физических способностей (равномерном, переменном, повторном, интервальном и их варианты, варианты «круговой тренировки»).</p> <p>Задание: Каждая группа (организацию см. в занятии № 1) получает отдельное 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.</p> <p>Домашнее задание:</p> <p>Подготовить доклад на тему: «Методы, направленные на приобретение знаний», «Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками».</p>	2
3	<p>Практическое занятие № 3. Закономерности формирования двигательных умений и навыков.</p> <p>Определение двигательных умений и навыков, различия между ними – характерные признаки. Понятие автоматизированного выполнения двигательного действия, ее механизмы и закономерности формирования. Понятие знаний и их роль в процессе обучения двигательным действиям. Взаимодействие (перенос) навыков. Виды переноса и их значение в процессе обучения двигательным действиям. Понятие и виды двигательных ошибок. Причины возникновения двигательных ошибок, способы их предупреждения и исправления. Программирование действий по предупреждению и исправлению ошибок при обучении двигательному действию</p> <p>Задание 1: Каждая группа (организацию см. в занятии № 1) подбирает физические упражнения, имеющие положительный перенос на выбранное на 2-ом занятии упражнение. Определяет условия практического применения, в которых будет использоваться физическое упражнение, а также количественные требования (показатели), которых должны достичь занимающиеся.</p> <p>Задание 2. Каждая группа (организацию см. в занятии № 1) определяет типичные ошибки для выбранного действия, классифицировать их по значению: грубые, значительные, незначительные. Сформулировать задачи их предупреждения,</p>	2

	<p>подобрать средства и методические приемы их решения. Деловая игра. Обсуждение, сообщение.</p> <p>Домашнее задание: Подобрать физические упражнения, имеющие положительный перенос на выбранное на 1-ом занятии упражнение. Определить и записать условия практического применения, в которых будет использоваться выбранное физическое упражнение.</p>	
3	<p>Практическое занятие № 4. Технология составления программы обучения двигательному действию.</p> <p>Виды и способы обеспечения готовности к обучению двигательному действию. Факторы, являющиеся обязательными при управлении процессом обучения двигательным действиям. Правила формулирования задач обучения двигательным действиям. Технология составления программы обучения двигательному действию.</p> <p>Домашнее задание: Разработать программу обучения выбранному физическому упражнению (УИРС № 2).</p>	2
4	<p>Практическое занятие № 5. Технология составления программы развития силовых способностей.</p> <p>Определение понятия силовых способностей, факторы, определяющие уровень их проявления. 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.</p> <p>Задание: Каждая группа (организацию см. в занятии № 1) получает задание - подобрать способ измерения различных форм проявления силовых способностей, взятых из предложенного списка. Определить критерии оценивания Деловая игра. Обсуждения и сообщение. Привести пример частной задачи, средств и методического приема, направленных на развитие силовых способностей.</p> <p>Домашнее задание: Разработать программу развития силовых способностей в соответствии с предложенным заданием. (УИРС № 3).</p>	2
4	<p>Практическое занятие № 6. Программирование действий по реализации процесса развития скоростных способностей.</p> <p>Определение понятия скоростных способностей, факторы, определяющие уровень их проявления. Виды (формы проявления) скоростных способностей. Задачи, средства и методические приемы развития скоростных способностей (по формам проявления). Способы измерения и критерии оценки уровня развития скоростных способностей.</p> <p>Задание: Каждая группа (организацию см. в занятии № 1) получает задание – подобрать способ измерения различных форм проявления скоростных способностей, взятых из предложенного списка, Определить критерии оценки. Привести пример частной задачи, средств и методического приема, направленных на развитие скоростных способностей. Деловая игра. Обсуждение и сообщение.</p> <p>Домашнее задание: Разработать программу развития скоростных способностей в соответствии с предложенным заданием (УИРС № 4).</p>	2
4	<p>Практическое занятие № 7. Программирование действий по реализации процесса развития выносливости.</p> <p>Определение понятия выносливости, факторы, определяющие уровень проявления. Виды (формы проявления) выносливости.</p>	2

	<p>Задачи, средства и методические приемы развития выносливости (по формам проявления). Способы измерения и критерии оценивания уровня развития выносливости.</p> <p>Задание: Каждая группа (организацию см. в занятии № 1) получает задание – подобрать способ измерения различных форм проявления выносливости, взятых из предложенного списка, Определить критерии оценки. Привести пример частной задачи, средств и методического приема, направленных на развитие выносливости. Деловая игра. Обсуждения и сообщение.</p> <p>Домашнее задание: Разработать программу развития выносливости в соответствии с предложенным заданием (УИРС № 5).</p>	
4	<p>Практическое занятие № 8. Программирование действий по реализации процесса развития гибкости.</p> <p>Обобщенное понятие о гибкости, факторы определяющие уровень развития гибкости. Особенности развития гибкости в онтогенезе.</p> <p>Средства и методы развития гибкости. Формирование навыка рациональной осанки. Регулирование массы тела.</p> <p>Задание 1: Каждая группа (организацию см. в занятии № 1) получает задание: подобрать средства и методические приемы формирования осанки подобрать способ измерения различных форм проявления выносливости, взятых из предложенного списка, Определить критерии оценки. Привести пример частной задачи, средств и методического приема, направленных на развитие гибкости. Деловая игра. Обсуждения и сообщение., регулирования массы тела.</p> <p>Деловая игра. Обсуждения и сообщение.</p> <p>Задание 2: подобрать средства и методические приемы формирования осанки (коррекции осанки при лордозе, кифозе или сколиозе), регулирования массы тела.</p> <p>Домашнее задание: Разработать программу формирования (коррекции) осанки или программу устранения избыточной массы тела) (УИРС № 6).</p>	2
4	<p>Практическое занятие № 9. Программирование действий по реализации процесса развития координационных способностей.</p> <p>Определение понятия координационных способностей, факторы, определяющие уровень их проявления. Виды (формы проявления) координационных способностей. Задачи, средства и методические приемы развития координационных способностей (по формам проявления). Способы измерения и критерии оценки уровня развития координационных способностей.</p> <p>Задание: Каждая группа (организацию см. в занятии № 1) получает задание – подобрать способ измерения различных форм проявления координационных способностей, взятых из предложенного списка, Определить критерии оценки. Привести пример частной задачи, средств и методического приема, направленных на развитие координационных способностей. Деловая игра. Обсуждения и сообщение.</p> <p>Домашнее задание: Разработать программу развития координационных способностей в соответствии с предложенным заданием (УИРС № 7).</p>	2
5	<p>Практическое занятие № 10. Программирование действий по организации и методике проведения занятий физическими упражнениями.</p> <p>Содержание и структура урочных занятий, их виды. Основы организации деятельности занимающихся на уроке. Правила</p>	2

	<p>дозирования и регулирования нагрузки. Виды, содержание неурочных занятий физическими упражнениями. Групповые и массовые формы занятий. Особенности планирования и проведения спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий.</p> <p>Задание 1. Каждая группа (организацию см. в занятии № 1) в соответствии с заданием подбирает способы организации занимающихся на уроке. Деловая игра. Обсуждения и сообщение.</p> <p>Задание 2. Определить направленность и программу массового физкультурного (спортивного) мероприятия в соответствии с особенностями условий и контингента занимающихся.</p> <p>Домашнее задание: Разработать сценарий физкультурного (спортивного) праздника в соответствии с предложенным заданием (УИРС № 8).</p>	
5	<p>Практическое занятие № 11. Контроль эффективности педагогического процесса на занятиях по физической культуре.</p> <p>Подготовка преподавателя к уроку. Технология педагогического анализа занятия урочного типа. Методика хронометрирования занятия, определение и оценка общей и моторной плотности занятия, проведения пульсометрии, оценка распределения нагрузки на занятии.</p> <p>Задание 1: Каждая группа (организацию см. в занятии № 1) в соответствии с заданием определяет общую и моторную плотность занятия, их соответствие типу урока и решаемым задачам, оценивает эффективность занятия.</p> <p>Задание 2: Провести педагогический анализ урока после просмотра видеозаписи. Оценить по следующим критериям: организация урока, методика проведения, поведение педагога</p>	2
6	<p>Практическое занятие № 12. Программирование действий по методике проведения занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста.</p> <p>Методика физкультурных занятий с детьми раннего возраста. Технология определения содержания физкультурных занятий в ДОУ. Оздоровительная направленность занятий физическими упражнениями. Методические особенности закаливания. Оценка состояния здоровья дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями.</p> <p>Задание: Каждая группа (организацию см. в занятии № 1) в соответствии с заданием определяет основные методические правила занятий физическими упражнениям с дошкольниками разного возраста.</p> <p>Домашнее задание: составить таблицу (УИРС № 9) «Основное содержание и продолжительность занятий урочного типа с детьми дошкольного возраста»</p>	2
6	<p>Практическое занятие № 13. Программирование действий по формулированию общих задач учебно-воспитательной работы.</p> <p>Технология планирования по предмету «Физическая культура» в учреждениях общего образования. Учебно-методическое обеспечение учебного процесса по физической культуре. Правила формулирования общих задач учебно-воспитательной работы.</p> <p>Задание: Каждая группа (организацию см. в занятии № 1) в соответствии с заданием определяет систему общих задач.</p> <p>Домашнее задание: Изучить программу по физической культуре для класса в соответствие с заданием. Сформулировать общие задачи учебно-воспитательной работы для назначенного класса по одному</p>	2

	из базовых видов спорта (УИРС № 10).	
6	<p>Практическое занятие № 14. Программирование действий по методическому обеспечению решения общих задач по учебно-воспитательной работе по физической культуре.</p> <p>Технология решения общих задач, направленных на обучение двигательным действиям. Технология решения общих задач, направленных на развитие кондиционных способностей. Технология составления программы развития координационных способностей. Технология решения оздоровительных задач школьников. Технология решения воспитательных задач школьников.</p> <p>Домашнее задание: Домашнее задание: Составить программы решения задач формирования знаний по физической культуре (УИРС № 11), оздоровительной (УИРС № 12), воспитательной задачи (УИРС № 13).</p>	2
6	<p>Практическое занятие № 15. Программирование действий по планированию учебно-воспитательной работы на уроке.</p> <p>Технология планирования учебно-воспитательной работы на уроке. Технология составления конспекта урока.</p> <p>Домашнее задание: Составить конспект урока (УИРС № 14).</p>	2
7	<p>Практическое занятие № 16. Методика ППФК в системе профессионального образования.</p> <p>Общие и специальные задачи ППФК, обусловленные характером и условиями профессиональной деятельности различных специалистов. Особенности содержания и построения ППФК в зависимости от характера и условий профессиональной деятельности. Роль спорта в решении задач ППФП. Проблемы выбора спортивной специализации, методические требования к занятиям спортом.</p> <p>Задание: Каждая группа (организацию см. в занятии № 1) в соответствии с заданием определяет профессионально важные двигательные умения и навыки, физические и личностные качества, негативные факторы профессиональной деятельности, влияющие на здоровье человека. Определяет оптимальные средства физической культуры.</p>	2
7	<p>Практическое занятие № 17. Особенности организации и методики занятий с людьми зрелого, пожилого и старшего возраста.</p> <p>Особенности организации и методики занятий с людьми зрелого, пожилого и старшего возраста. Характеристика типичных видов физических упражнений, адекватных возможностям организма взрослых людей в различные периоды жизни. Технологии контроля над состоянием занимающихся в процессе занятий физическими упражнениями.</p>	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
2	<p>Лекция № 1. Средства и методы формирования физической культуры личности</p> <p>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</p>	2

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 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. Стил 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	<p>Лекция № 2. Обучение двигательным действиям.</p> <p>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 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.</p> <p>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.</p>	2
6	<p>№ 3. Физическая культура в системе дошкольного и общего образования</p> <p>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 период развития детей, в дошкольных учреждениях и в семье.</p> <p>Соотношение обязательных и дополнительных форм занятий физическими упражнениями в различных видах дошкольных учреждений. Подвижные игры как средство физического воспитания дошкольников.</p> <p>Профилактика нарушений осанки, особенностей закаливания. Оценка состояния здоровья дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями.</p> <p>Роль физической культуры в подготовке детей к обучению в школе. Характеристика программ по физической культуре детей дошкольного возраста.</p>	2

	<p>Социально-педагогическое значение физического воспитания детей школьного возраста. Типичные возрастные особенности и главные виды деятельности.</p> <p>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.</p>	
--	--	--

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
3	<p>Практическое занятие № 1. Обучение двигательным действиям. Закономерности формирования двигательного навыка. Структура процесса обучения. Опрос на тему «Структура (последовательность) процесса обучения двигательному действию»</p> <p>Домашнее задание: письменная работа «Программа обучения двигательному действию» (УИРС № 1)</p>	2
4	<p>Практическое занятие № 2. Развитие физических способностей. Силовые способности и методика их развития. Скоростные способности и методика их развития. Координационные способности и методика их развития. Выносливость и методика ее развития. Гибкость и методика ее развития.</p> <p>Деловая игра: Задание: законспектировать темы: Принципы развития двигательных способностей. Основные закономерности развития двигательных (физических) способностей. Примеры переноса двигательных способностей</p> <p>Физическая нагрузка. Методы совершенствования двигательных (физических) способностей.</p> <p>Домашнее задание: письменная работа «Программа направленного развития двигательных (физических) способностей» (по выбору) (УИРС № 2).</p>	2
5	<p>Практическое занятие № 3. Организационно основы занятий физическими упражнениями.</p> <p>Составные части (компоненты) организации. Планирование,</p>	2

	<p>контроль, учет, повышение квалификации руководителей занятий. Виды и содержание обеспечения проведения занятий физическими упражнениями. Задачи, особенности содержания и методики в системе дошкольного образования</p> <p>Формы занятий физическими упражнениями в дошкольном возрасте. Задачи, особенности содержания и методики в системе общего образования. Формы занятий физическими упражнениями.</p> <p>Деловая игра.</p> <p>Задание: законспектировать темы:</p> <p>Шаги» (последовательность) конкретизации общей образовательной задачи в уроке физической культуры – пять «шагов».</p> <p>Домашнее задание: Конспект фрагмента урока с решением одной образовательной задачи (УИРС № 3)</p>	
7	<p>Практическое занятие № 4. Физическая культура людей в различные периоды возрастного развития.</p> <p>Цель, задачи, специфика и содержание физической культуры в различные периоды возрастного развития. Средства физической культуры в различные периоды возрастного развития. Характеристика нагрузки и ее эффектов в различные периоды возрастного развития. Критерии выбора нагрузок в процессе физкультурно-оздоровительных занятий. Формы занятий, особенности использования их с людьми разных половозрастных и социальных групп.</p> <p>Задание: просмотр видеозаписи, провести педагогический анализ урока. Оценить по следующим критериям: организация урока, методика проведения, поведение педагога. Обсуждение и дискуссия.</p>	2

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, 2020. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453843>
2. Литвинов, С. А. Методика обучения физической культуре. Календарно-тематическое планирование : учебное пособие для вузов / С. А. Литвинов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 413 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11125-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455860>
3. Минникаева, Н.В. Теория и методика физической культуры: избранные лекции : учебное пособие / Н.В. Минникаева, С.В. Шабашева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2016. - 144 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1921-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481577>
4. Небытова, Л.А. Физическая культура : учебное пособие / Л.А. Небытова, М.В. Катренко, Н.И. Соколова ; Министерство образования и науки РФ, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь : СКФУ, 2017. - 269 с. : ил. - Библиогр.: с. 263-267. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483844>
5. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры : учебное пособие / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш. - Москва : Спорт, 2016. - 281 с. : ил. - Библиогр.: с. 241-246. - ISBN 978-5-906839-23-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461372>
6. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования, обучающихся по направлению подготовки "Педагогическое образование" / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 12-е изд., испр. - Москва : Академия, 2014. - 478, [1] с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454169>
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 по дисциплине "Теория и методика физической культуры" направлений подготовки 44.03.01 "Педагогическое образование", 49.03.01 "Физическая культура" (квалификация - "бакалавр") / Р.М. Кадыров, Д.В. Морщинина. - Москва : Кнорус, 2016. - 132 с. : ил.
5. Кузнецов, В.С. Теория и методика физической культуры [Текст] : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / В.С. Кузнецов. - Москва : Академия, 2012. - 409, [1] с. : ил.
6. 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, 2020. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453592>
7. Прокофьев, А.И. Тестовые задания по теории и методике физической культуры и спорта : учебное пособие / А.И. Прокофьев ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина». - Елец : Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2011. - 129 с. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272253>
8. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454857>
9. Теория и методика физической культуры [Текст] : учебник для студентов высших учебных заведений, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 521900 "Физическая культура" и специальности 022300 - "Физическая культура и спорт" / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - [4-е изд., стер.]. - Москва : Советский спорт, 2010. - 464 с. : ил.
10. Шамрай, С.Д. Физическая культура : учебное пособие / С.Д. Шамрай, И.В. Кивихарью ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Высшая школа народных искусств (институт). - Санкт-Петербург : Высшая школа народных искусств, 2016. - 106 с. : табл., схем. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906697-32-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499657>

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

- 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](http://libnauka.ru)
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](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 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.

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)- 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.

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 иллюстрации, видеофильмы, презентации;
5. Жалюзи, позволяющие создать эффект кинотеатра.

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 адаптивной физической культуры

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Теория и организация 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):

Адаптивный спорт

Квалификация:

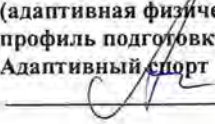
бакалавр

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
Адаптивный спорт

 Аксенов А.В.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«15» 06 2019 г., протокол №20

Зав. кафедрой  Евсеев С.П.

Рекомендована решением

Учебно-методического совета

«20» 06 2019 г., протокол №14

Авторы-разработчики:

Евсеев С.П., зав. кафедрой ТиМАФК, д.п.н.,
профессор, член-корреспондент РАО

Евсеева О.Э., директор Института АФК, д.п.н.,
профессор

Вишнякова Ю.Ю., доцент каф. ТиМАФК, к.п.н.,
доцент

Санкт-Петербург 2019

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

В соответствии с учебным планом дисциплина Б1.О.28 «Теория и организация адаптивной физической культуры» изучается на 2 курсе по очной форме обучения, на 2 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	
Общепрофессиональные компетенции	
Обучение	ОПК-3. Способен обосновывать выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием специальных знаний и способов их рационального применения в специальных медицинских группах в организациях общего и среднего профессионального образования.
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, чувствительные периоды развития тех или иных функций.
Профессиональные компетенции	

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-3.	<p>ОПК 3.1</p> <ul style="list-style-type: none"> - психофизических особенностей развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; - показаний и противопоказаний к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; - технических средств обучения, используемых в адаптивной физической культуре; - методик оценивания состояния здоровья лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; - основ научно-исследовательской деятельности; - методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей. 	<p>ОПК 3.1</p> <ul style="list-style-type: none"> - психофизических особенностей развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; - показаний и противопоказаний к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; - технических средств обучения, используемых в адаптивной физической культуре; - методик оценивания состояния здоровья лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; - основ научно-исследовательской деятельности; - методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей.

	<p>ОПК 3.2</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать современные педагогические технологии по развитию когнитивной и двигательной сфер занимающихся; - использовать современные методики комплексного оценивания состояния здоровья занимающихся; - подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; - использовать аппаратуру для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека; - применять методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей; - использовать способы обработки результатов измерений и владеть их педагогической интерпретацией. 	<p>ОПК 3.2</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать современные педагогические технологии по развитию когнитивной и двигательной сфер занимающихся; - использовать современные методики комплексного оценивания состояния здоровья занимающихся; - подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; - использовать аппаратуру для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека; - применять методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей;
	<p>ОПК 3.3</p> <ul style="list-style-type: none"> - теоретических знаний и практических умений по применению современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - приемов использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - владения современными методами оценивания состояния здоровья занимающихся; - владения средствами, методами, приемами, техническими средствами и тренажерами; - владения аппаратурой для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека; - владения методами качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей. 	<p>ОПК 3.3</p> <ul style="list-style-type: none"> - теоретических знаний и практических умений по применению современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - приемов использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - владения современными методами оценивания состояния здоровья занимающихся; - владения средствами, методами, приемами, техническими средствами и тренажерами; - владения аппаратурой для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека; - владения методами качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей.
ОПК -7	<p>ОПК 7.1</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических качеств и факторы, их определяющие; 	<p>ОПК 7.1</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических качеств и факторы, их определяющие;

	<p>-особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</p> <p>- особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп;</p> <p>- использовать способы обработки результатов измерений и владеть их педагогической интерпретацией.</p>	<p>-особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</p> <p>- особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп;</p> <p>- использовать способы обработки результатов измерений и владеть их педагогической интерпретацией.</p>
	<p>ОПК 7.2</p> <p>-учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями;</p> <p>- разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах АФК с учетом особенностей нозологических групп;</p> <p>- способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций;</p>	<p>ОПК 7.2</p> <p>-учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями;</p> <p>- разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах АФК с учетом особенностей нозологических групп;</p> <p>- способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций;</p>
	<p>ОПК 7.3</p> <p>- современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся;</p> <p>-планированием содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся;</p> <p>- психологическим подходом в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии;</p>	<p>ОПК 7.3</p> <p>- современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся;</p> <p>-планированием содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся;</p> <p>- психологическим подходом в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии;</p>

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			108						
В том числе:										
Занятия лекционного типа	40			40						
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	68			68						
Промежуточная аттестация (экзамен)	27			27						
Самостоятельная работа студента	81			81						
<i>Выполнение курсовой работы</i>	36									
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	28			28						
В том числе:										
Занятия лекционного типа	12			12						
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	16			16						
Промежуточная аттестация (экзамен)	9			9						
Самостоятельная работа студента	179			179						
Выполнение контрольной работы	20			20						
<i>Выполнение курсовой работы</i>	36									
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	Основные понятия и термины адаптивной физической культуры	Адаптивная физическая культура в системе высшего профессионального образования. Адаптивная физическая культура в системе среднего профессионального образования. Интеграция образовательных программ - современная тенденция в высшей и средней школе. Повышение квалификации и переподготовка кадров по адаптивной физической культуре.	Умеет: - использовать современные педагогические технологии по развитию когнитивной и двигательной сфер занимающихся; Владеет: - теоретическими знаниями и практическими умениями по применению современных средств и методов когнитивного и двигательного

		<p>Понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура». Определения «реабилитация», «социальная интеграция», «образ жизни». Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.</p>	<p>развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья;</p>
2	<p>Теория и организация адаптивной физической культуры как интегративная наука, учебная дисциплина и важная область социальной практики</p>	<p>Адаптивная физическая культура как интегративная наука. Адаптивная физическая культура как учебная дисциплина и область социальной практики. Содержание и особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре. Требования к профессиональным качествам специалистов по адаптивной физической культуре. Требования к личности специалиста по адаптивной физической культуре. Роль, место и значение лечебной физической культуры в физкультурно-оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражениями опорно-двигательного аппарата.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы научно-исследовательской деятельности; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать способы обработки результатов измерений и владеть их педагогической интерпретацией. <p>Владеет</p> <ul style="list-style-type: none"> - современными методами оценивания состояния здоровья занимающихся;
3	<p>Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры</p>	<p>Критерии выделения компонентов (видов) адаптивной физической культуры. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры (адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, физическая реабилитация, креативные телесно-ориентированные виды практик, экстремальные виды двигательной активности).</p>	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах АФК с учетом особенностей нозологических групп;
4	<p>Функции адаптивной физической культуры.</p>	<p>Группы функций:</p> <ul style="list-style-type: none"> – реабилитационные (коррекционная, компенсаторная, профилактическая); – педагогические (образовательная, воспитательная, ценностно-ориентационная, профессионально-подготовительная); – физического воспитания и спорта (развивающая, соревновательная, рекреативная, гедонистическая, творческая); – социальные (гуманистическая, социализирующая, интегративная, 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы научно-исследовательской деятельности;

		<p>коммуникативная).</p> <p>5 Принципы адаптивной физической культуры</p> <p>Основные группы принципов в адаптивной физической культуре. Первая группа принципов – реабилитационные принципы – учитывает закономерности, накопленные в специальной психологии, специальной педагогике, включая олигофренопедагогику (Шапкова Л.В., 2003).</p> <p>Вторая группа принципов – педагогические принципы – ориентируют специалиста по адаптивной физической культуре на использование огромного опыта, накопленного в педагогике и представленного в ее основных разделах – теории обучения (дидактике) и соответственно обще-методических принципах воспитания.</p> <p>Третья группа принципов – принципы физического воспитания и спорта, выражающие специфические закономерности адаптации человека к физическим нагрузкам и развитие тренированности с учетом факторов, обусловленных отклонениями в состоянии здоровья.</p> <p>Четвертая группа принципов – социальные принципы – отражает установочные положения, определяющие особенности взаимоотношений общества и человека с отклонениями в состоянии здоровья, включая, разумеется, инвалидов.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей. <p>Умеет</p> <ul style="list-style-type: none"> - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций; <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владения аппаратурой для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека;
6	Средства адаптивной физической культуры	<p>Понятия «техническое средство», «тренажер», «инвентарь», «оборудование». Педагогические задачи адаптивной физической культуры. Средства адаптивной физической культуры. Основное средство адаптивной физической культуры является физическое упражнение. Дополнительные средства. Специальный спортивный инвентарь для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Средства вербального (речевого) воздействия. Идеомоторные и психорегулирующие упражнения. Средства обеспечения наглядности. Технические средства и тренажеры. Естественно средовые и</p>	<p>Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - технические средства обучения, используемых в адаптивной физической культуре; - показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся;

		<p>гигиенические средства.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; - использовать аппаратуру для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека; <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> -современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; - средствами, методами, приемами, техническими средствами и тренажерами; -приемами использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития;
7	<p>Методы адаптивной физической культуры</p>	<p>Понятия метод, методический прием, методика. Методы обучения(Метод формирования знаний. Методы обучения двигательным действиям). Полная классификация методов обучения Ю.К. Бабанского. Методы воспитания. Методы формирования нравственного сознания. Методы формирования нравственного поведения. Методы регулирования, корректирования и стимулирования поведения и деятельности. Методы развития физических качеств и способностей.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методик оценивания состояния здоровья лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах АФК с учетом особенностей нозологических групп; - использовать современные методики комплексного оценивания состояния здоровья занимающихся; <p>Владеет</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами, методами, приемами, техническими средствами и тренажерами; - владения методами качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей.
8	<p>Формы организации</p>	<p>Формы организации занятий в адаптивной физической культуре: -</p>	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планированием содержания

	занятий в адаптивной физической культуре	урочные и неурочные занятия. Теоретические уроки, инструкторско-методические уроки, практические уроки. Неурочные формы занятий: – утренняя гимнастика; – вводная гимнастика (перед уроками, лекциями, работой); – физкультурные паузы и минутки; – спортивные развлечения (игры, катания на коньках, велосипедах и др.); – прогулки, туристические походы, соревнования и др. Эти занятия могут быть: – эпизодическими, однократными (например, походы, спортивные развлечения, соревнования); – систематическими (утренняя вводная гимнастика, физкультурные минутки и паузы, гигиенические прогулки и др.).	уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся;
9	Обучение в адаптивной физической культуре	Факторы, определяющие стратегию прогресса обучения. Теоретические концепции обучения и совершенствования двигательных действий с установкой на минимизацию двигательных ошибок. Определение понятия «тренажер». Классификация тренажеров. Физическая помощь и страховка. Классификация приемов физической помощи и страховки. Формирование эталонной ориентировочной основы действия в адаптивной физической культуре.	Знает: -технические средства обучения, используемых в адаптивной физической культуре; Умеет: - подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; - использовать аппаратуру для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека; Владеет: - психологическими подходами в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии; -приемами использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - аппаратурой для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека;
10	Воспитание личности в процессе	Воспитание лиц с отклонениями в состоянии здоровья с сохранным интеллектом. Воспитание	Владеет: - психологическим подходом в обучении, воспитании и

	<p>занятий адаптивной физической культурой</p>	<p>занимающихся с отклонениями в интеллектуальном развитии. Сущность трех аксиологических концепций отношения общества к лицам с ограниченными возможностями здоровья. Воспитание самостоятельности в процессе занятий адаптивным физическим воспитанием. Содержание нравственного воспитания лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Компоненты самостоятельности. Задачи учителя по адаптивному физическому воспитанию. Этапы формирования умений самостоятельности. Объекты эстетического проявления. Задачи эстетического воспитания. Средства и методы эстетического воспитания. Спартианская модель воспитания личности. Задачи нравственного воспитания личности. Средства и методы нравственного воспитания личности.</p>	<p>развитии лиц с нарушением в развитии;</p>
<p>11</p>	<p>Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре</p>	<p>Основные закономерности развития физических способностей. Принципы развития физических способностей. Развитие силовых способностей. Развитие скоростных способностей. Развитие выносливости. Развитие гибкости. Развитие координационных способностей. Развитие координационных способностей школьников с нарушениями речи, слуха, зрения, интеллекта.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - психофизических особенностей развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах АФК с учетом особенностей нозологических групп; - учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями; <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - психологическим подходом в

			обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии;
12	Адаптивное физическое воспитание	<p>Приоритетные функции адаптивного физического воспитания. Приоритетные задачи адаптивного физического воспитания. Приоритетные принципы адаптивного физического воспитания.</p> <p>Особенности содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию дошкольников и школьников. Специфика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию студентов вузов. Преимущественная направленность содержания занятий (уроков) по адаптивному физическому воспитанию. Характеристика содержания занятий (уроков) по адаптивному физическому воспитанию. Формы адаптивного физического воспитания. Адаптивное физическое воспитание лиц с поражением опорно-двигательного аппарата. Адаптивное физическое воспитание лиц с нарушением слуха и речи. Адаптивное физическое воспитание лиц с нарушением зрения.</p>	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах АФК с учетом особенностей нозологических групп; <p>Владеет</p> <ul style="list-style-type: none"> - всеми частными методиками адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний;
13	Адаптивный спорт	<p>Конкретизация целей и задач адаптивного спорта, его ведущих функций и принципов. Классификация направлений развития адаптивного спорта. Модели соревновательной деятельности. Тенденции интеграции и дифференциации в адаптивном спорте. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом. Паралимпийское движение—основное направление развития адаптивного спорта. Спортивная тренировка—главное звено паралимпийских видов спорта. Специальное олимпийское движение как ведущее направление развития адаптивного спорта. Средства и отличительные черты методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей в адаптивном спорте. Принципы классификации в адаптивном спорте. Виды классификаций.</p>	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах АФК с учетом особенностей нозологических групп; <p>Владеет</p> <ul style="list-style-type: none"> - аппаратурой для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека;

		<p>Основные группы лиц, занимающиеся адаптивным спортом. Особенности спортивной тренировки в паралимпийских видах спорта. Виды подготовки спортсменов-паралимпийцев.</p> <p>Построение спортивной тренировки спортсменов. Классификация направлений развития адаптивного спорта. Модели соревновательной деятельности. Тенденции интеграции и дифференциации в адаптивном спорте. Приоритетные функции адаптивного спорта. Приоритетные задачи адаптивного спорта. Приоритетные принципы адаптивного спорта.</p>	
14	Адаптивная двигательная рекреация	<p>Общая характеристика средств адаптивной двигательной рекреации. Классификация и систематизация условий проведения занятий по адаптивной двигательной рекреации. Основные задачи адаптивной двигательной рекреации. Ведущие функции адаптивной двигательной рекреации. Ведущие принципы. Основные средства и отличительные черты методики психогимнастики М.И. Читяковой. Специфика занятий по психогимнастике, разработанной Г. Бардиер, И. Ромазан и Т. Чередниковой. Особенности танцевальной терапии. Водные виды адаптивной двигательной рекреации. Игровые виды адаптивной двигательной рекреации. Танцевальные виды адаптивной двигательной рекреации.</p>	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах АФК с учетом особенностей нозологических групп;
15	Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные и экстремальные виды двигательной активности	<p>Основные средства - упражнения, используемые в ритмо-двигательной психотерапии. Отличительные черты методики. Основные средства и отличительные черты методики психогимнастики М.И. Чистяковой. Особенности танцевальной терапии. Плюсы и минусы спонтанных и структурированных форм танцевальной терапии. Упражнения с использованием тренажеров, обеспечивающих вертикальные, горизонтальные ускорения и вращательные движения тела занимающегося. Экстремальные виды спорта. Классификация</p>	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах АФК с учетом особенностей нозологических групп;

		факторов, приводящих к несчастным случаям и чрезвычайным происшествиям в спорте.	
16	Физическая реабилитация	Организация физической реабилитации. Определения основных понятий – физическая реабилитация и лечебная физическая культура. Необходимое оборудование кабинетов ЛФК. Профессия «физический терапевт». Понятие и цель эрготерапии.	Умеет: - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах АФК с учетом особенностей нозологических групп; Владеет - аппаратурой для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека;

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	Лекция №1. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры. <i>План лекции:</i> 1. Адаптивная физическая культура в системе высшего профессионального образования 2. Адаптивная физическая культура в системе среднего профессионального образования 3. Интеграция образовательных программ – современная тенденция в высшей и средней школе 4. Повышение квалификации и переподготовка кадров по адаптивной физической культуре	2
2.	Лекция 2. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья. <i>План лекции:</i> 1. Адаптивная физическая культура – составная часть комплексной реабилитации инвалидов. 2. Адаптивная физическая культура в социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	2
3.	Лекция №3. Основные виды адаптивной физической культуры. <i>План лекции:</i> 1. Критерии выделения компонентов (видов) адаптивной физической культуры 2. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры	2
4.	Лекция № 4. Характеристика объекта педагогических воздействий в адаптивной физической культуре <i>План лекции:</i> 1. Особенности психофизического развития лиц с нарушением зрения. 2. Особенности психофизического развития лиц с нарушением слуха. 3. Особенности психофизического развития лиц с нарушением ОДА. 4. Особенности психофизического развития лиц с нарушением с нарушением интеллекта.	2
5.	Лекция №5.	2

	<p align="center">Функции адаптивной физической культуры</p> <p>План лекции:</p> <ol style="list-style-type: none"> Педагогические функции. Социальные функции. 	
6.	<p align="center">Лекция № 6.</p> <p align="center">Принципы адаптивной физической культуры</p> <p>План лекции:</p> <p>Реабилитационные принципы.</p> <p>Педагогические принципы.</p> <p>Принципы физического воспитания и спорта.</p> <p>Социальные принципы.</p>	2
7.	<p align="center">Лекция №7.</p> <p align="center">Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры.</p> <p>План лекции:</p> <ol style="list-style-type: none"> Педагогические задачи адаптивной физической культуры. Средства адаптивной физической культуры. Классификация физических упражнений Классификация подвижных игр. 	2
8.	<p align="center">Лекция №8.</p> <p align="center">Средства адаптивной физической культуры.</p> <p>План лекции:</p> <ol style="list-style-type: none"> Дополнительные средства. Специальный спортивный инвентарь для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Средства вербального (речевого) воздействия. Идеомоторные и психорегулирующие упражнения. Средства обеспечения наглядности. Технические средства и тренажеры. Естественно средовые и гигиенические средства. 	2
9.	<p align="center">Лекция № 9.</p> <p align="center">Методы и формы организации адаптивной физической культуры.</p> <p>План лекции:</p> <ol style="list-style-type: none"> Методы формирования знаний. Методы обучения двигательным действиям. Методы развития физических качеств. Методы воспитания личности. Формы организации занятий в адаптивной физической культуре: - урочные и неурочные занятия. Теоретические уроки, инструкторско-методические уроки, практические уроки. 	2
10.	<p align="center">Лекция № 10.</p> <p align="center">Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре.</p> <p>План лекции:</p> <ol style="list-style-type: none"> Основные теоретические концепции “безошибочного” обучения. Традиционная (трехэтапная) структура процесса обучения. 	2
11.	<p align="center">Лекция 11.</p> <p align="center">Средства и отличительные черты методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей в адаптивном спорте</p> <p>План лекции:</p> <ol style="list-style-type: none"> Отличительные черты методики обучения двигательным действиям. Отличительны черты развития физических качеств и способностей в адаптивном спорте. Средства развития физических качеств и способностей в адаптивном спорте. 	2
12.	<p align="center">Лекция 12.</p> <p align="center">Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре.</p>	2

	<p><i>План лекции:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Факторы, определяющие стратегию прогресса обучения. 2. Определение понятия «тренажер». Классификация тренажеров. 3. Физическая помощь и страховка. Классификация приемов физической помощи и страховки. 4. Формирование эталонной ориентировочной основы действия в адаптивной физической культуре. 	
13.	<p style="text-align: center;">Лекция № 13.</p> <p style="text-align: center;">Воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры.</p> <p><i>План лекции:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Воспитание лиц с отклонениями в состоянии здоровья с сохранным интеллектом. 2. Воспитание занимающихся с отклонениями в интеллектуальном развитии. 	2
14.	<p style="text-align: center;">Лекция №14.</p> <p style="text-align: center;">Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию.</p> <p><i>План лекции:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Характеристика содержания занятий (уроков) по адаптивному физическому воспитанию. 2. Особенности содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию дошкольников и школьников. 3. Специфика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию студентов вузов. 	2
15.	<p style="text-align: center;">Лекция 15.</p> <p style="text-align: center;">Отличительные черты методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей занимающихся.</p> <p><i>План лекции:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Структуры процесса формирования двигательных действий с заданным результатом. 2. Особенности формирования ориентировочной основы двигательного действия. 	2
16.	<p style="text-align: center;">Лекция 16.</p> <p style="text-align: center;">Конкретизация цели и задач адаптивной двигательной рекреации, ее ведущих функций и принципов.</p> <p><i>План лекции:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основные задачи адаптивной двигательной рекреации. 2. Ведущие функции адаптивной двигательной рекреации. 3. Ведущие принципы. 	2
17.	<p style="text-align: center;">Лекция 17.</p> <p style="text-align: center;">Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом.</p> <p><i>План лекции:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Принципы классификации в адаптивном спорте. 2. Виды классификаций. 3. Основные группы лиц, занимающиеся адаптивным спортом. 	2
18.	<p style="text-align: center;">Лекция 18.</p> <p style="text-align: center;">Паралимпийское движение–основное направление развития адаптивного спорта. Спортивная тренировка–главное звено паралимпийских видов спорта.</p> <p><i>План лекции:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особенности спортивной тренировки в паралимпийских видах спорта. 2. Виды подготовки спортсменов-паралимпийцев. 3. Построение спортивной тренировки спортсменов. 	2
19.	<p style="text-align: center;">Лекция 19.</p> <p style="text-align: center;">Основные средства и отличительные черты методики креативных</p>	2

	<p align="center">художественно-музыкальных видов адаптивной физической культуры.</p> <p><i>План лекции:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основные средства - упражнения, используемые в ритмо-двигательной психотерапии. 2. Отличительные черты методики. 	
20.	<p align="center">Лекция 20.</p> <p align="center">Основные средства и отличительные черты методики экстремальных видов адаптивной физической культуры.</p> <p><i>План лекции:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основные средства - элементы экстремальных видов спорта. 2. Отличительные черты методики. 	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
1.	<p align="center">Практическое занятие №1.</p> <p align="center">Теория и организация адаптивной культуры как интегративная наука, учебная дисциплина и важная область социальной практики.</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры. 2. Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. 3. Адаптивная физическая культура - новая интегральная наука, учебная дисциплина, важнейшая область социальной практики. 	2
2.	<p align="center">Практическое занятие № 2.</p> <p align="center">Основные виды адаптивной физической культуры</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Критерии выделения компонентов (видов) адаптивной физической культуры. 2. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры. 	2
3.	<p align="center">Практическое занятие № 3.</p> <p align="center">Характеристика объекта педагогических воздействий в адаптивной физической культуре</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особенности психофизического развития лиц с нарушением зрения. 2. Особенности психофизического развития лиц с нарушением слуха. 3. Особенности психофизического развития лиц с нарушением ОДА. 4. Особенности психофизического развития лиц с нарушением интеллекта. 	2
4.	<p align="center">Практическое занятие № 4.</p> <p align="center">Функции адаптивной физической культуры</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Педагогические функции. 2. Социальные функции. 	2
5.	<p align="center">Практическое занятие № 5.</p> <p align="center">Принципы адаптивной физической культуры</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p>	2

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Первая группа принципов – реабилитационные принципы. 2. Вторая группа принципов – педагогические принципы. 3. Третья группа принципов – принципы физического воспитания и спорта. 4. Четвертая группа принципов – социальные принципы. 	
6.	<p align="center">Практическое занятие № 6.</p> <p align="center">Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры.</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Педагогические задачи адаптивной физической культуры. 2. Средства адаптивной физической культуры. 	2
7.	<p align="center">Практическое занятие № 7.</p> <p align="center">Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры.</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дополнительные средства. 2. Специальный спортивный инвентарь для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. 3. Средства вербального (речевого) воздействия. 4. Идеомоторные и психорегулирующие упражнения. 5. Средства обеспечения наглядности. 6. Технические средства и тренажеры. 7. Естественно средовые и гигиенические средства. 	2
8.	<p align="center">Практическое занятие № 8.</p> <p align="center">Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры.</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Технические средства и тренажеры. 2. Естественно средовые и гигиенические средства. 	2
9.	<p align="center">Практическое занятие № 9.</p> <p align="center">Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры.</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Технические средства и тренажеры. 2. Естественно средовые и гигиенические средства. 	2
10.	<p align="center">Практическое занятие № 10.</p> <p align="center">Методы организации адаптивной физической культуры</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Методы формирования знаний. 2. Методы обучения двигательным действиям. 3. Методы развития физических качеств и способностей. 4. Методы воспитания личности. 	2
11.	<p align="center">Практическое занятие № 11.</p> <p align="center">Формы организации адаптивной физической культуры</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Формы организации занятий в адаптивной физической культуре: - урочные и неурочные занятия. 2. Теоретические уроки, инструкторско-методические уроки, практические уроки. 	2
12.	<p align="center">Практическое занятие № 12.</p> <p align="center">Обучение в адаптивной физической культуре</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Теоретические концепции обучения и совершенствования двигательных действий с установкой на минимизацию двигательных ошибок. 	2
13.	<p align="center">Практическое занятие № 13.</p> <p align="center">Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре.</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p>	2

	<p>1. Определение понятия «тренажер». Классификация тренажеров.</p> <p>2. Физическая помощь и страховка. Классификация приемов физической помощи и страховки.</p> <p>3. Формирование эталонной ориентировочной основы действия в адаптивной физической культуре.</p>	
14.	<p align="center">Практическое занятие № 14.</p> <p align="center">Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре.</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>1. Физическая помощь и страховка. Классификация приемов физической помощи и страховки.</p> <p>2. Формирование эталонной ориентировочной основы действия в адаптивной физической культуре.</p>	2
15.	<p align="center">Практическое занятие № 15.</p> <p align="center">Воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры.</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>1. Воспитание лиц с отклонениями в состоянии здоровья с сохранным интеллектом.</p>	2
16.	<p align="center">Практическое занятие № 16.</p> <p align="center">Воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры.</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>1. Воспитание занимающихся с отклонениями в интеллектуальном развитии.</p>	2
17.	<p align="center">Практическое занятие № 17.</p> <p align="center">Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре</p> <p>1. Развитие силовых способностей.</p> <p>2. Развитие скоростных способностей.</p> <p>3. Развитие выносливости.</p> <p>4. Развитие гибкости.</p> <p>5. Развитие координационных способностей.</p> <p>6. Развитие координационных способностей школьников с нарушениями речи, слуха, зрения, интеллекта.</p>	2
18.	<p align="center">Практическое занятие № 18.</p> <p align="center">Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре</p> <p>1. Развитие координационных способностей школьников с нарушениями речи, слуха, зрения, интеллекта.</p>	2
19.	<p align="center">Практическое занятие № 19.</p> <p align="center">Конкретизация цели и задач адаптивного физического воспитания, его ведущих функций и принципов.</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>1. Приоритетные функции адаптивного физического воспитания.</p> <p>2. Приоритетные задачи адаптивного физического воспитания.</p> <p>3. Приоритетные принципы адаптивного физического воспитания.</p>	2
20.	<p align="center">Практическое занятие № 20.</p> <p align="center">Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>1. Преимущественная направленность содержания занятий (уроков) по адаптивному физическому воспитанию.</p> <p>2. Характеристика содержания занятий (уроков) по</p>	2

	адаптивному физическому воспитанию.	
21.	<p align="center">Практическое занятие № 21.</p> <p align="center">Конкретизация целей и задач адаптивного спорта, его ведущих функций и принципов.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Приоритетные функции адаптивного спорта. 2. Приоритетные задачи адаптивного спорта. 3. Приоритетные принципы адаптивного спорта. 	2
22.	<p align="center">Практическое занятие № 22.</p> <p align="center">Средства и отличительные черты методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей в адаптивном спорте</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Отличительные черты методики обучения двигательным действиям. 2. Отличительны черты развития физических качеств и способностей в адаптивном спорте. 3. Средства развития физических качеств и способностей в адаптивном спорте. 	2
23.	<p align="center">Практическое занятие № 23.</p> <p align="center">Классификация направлений развития адаптивного спорта.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Классификация направлений развития адаптивного спорта. 	2
24.	<p align="center">Практическое занятие № 24.</p> <p align="center">Классификация направлений развития адаптивного спорта.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Модели соревновательной деятельности. 2. Тенденции интеграции и дифференциации в адаптивном спорте 	2
25.	<p align="center">Практическое занятие № 25.</p> <p align="center">Паралимпийское движение–основное направление развития адаптивного спорта. Спортивная тренировка–главное звено паралимпийских видов спорта</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Факторы, определяющие ведущие положения паралимпийского движения в мире. 2. Цели, задачи, принципы спортивной тренировки в паралимпийском движении. 	2
26.	<p align="center">Практическое занятие № 26.</p> <p align="center">Паралимпийское движение–основное направление развития адаптивного спорта. Спортивная тренировка–главное звено паралимпийских видов спорта</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Виды подготовки спортсменов-паралимпийцев. 2. Построение спортивной тренировки спортсменов. 	2
27.	<p align="center">Практическое занятие № 27.</p> <p align="center">Специальное олимпийское движение как ведущее направление развития адаптивного спорта</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основополагающие философские аспекты специального олимпийского движения. 2. Основная программа Специальной олимпиады – организация тренировок и соревнований лиц с поражением интеллекта. 3. Программа «Объединенный спорт». Общие положения. 	2
28.	<p align="center">Практическое занятие № 28.</p> <p align="center">Специальное олимпийское движение как ведущее направление развития адаптивного спорта</p>	2

	<p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Программа «Специальная олимпиада – приСОЕдиняйтесь!». 2. Программа тренировки двигательной активности лиц с тяжелыми умственными поражениями. 	
29.	<p align="center">Практическое занятие № 29.</p> <p align="center">Общая характеристика средств адаптивной двигательной рекреации и условий их применения</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Общая характеристика средств адаптивной двигательной рекреации. 2. Классификация и систематизация условий проведения занятий по адаптивной двигательной рекреации. 	2
30.	<p align="center">Практическое занятие № 30.</p> <p align="center">Конкретизация цели и задач креативных телесно-ориентированных, ведущих функций и принципов</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнения с использованием тренажеров, обеспечивающих вертикальные, горизонтальные ускорения и вращательные движения тела занимающегося. 	2
31.	<p align="center">Практическое занятие № 31.</p> <p align="center">Основные средства и отличительные черты методики креативных художественно-музыкальных видов адаптивной физической культуры</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основные средства и отличительные черты методики психогимнастики М.И. Чистяковой. 2. Особенности танцевальной терапии. 3. Плюсы и минусы спонтанных и структурированных форм танцевальной терапии. 	2
32.	<p align="center">Практическое занятие № 32.</p> <p align="center">Конкретизация цели и задач экстремальных видов адаптивной физической культуры, ведущих функций и принципов</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Экстремальные виды спорта. 2. Классификация факторов, приводящих к несчастным случаям и чрезвычайным происшествиям в спорте. 	2
33.	<p align="center">Практическое занятие № 33.</p> <p align="center">Основные средства и отличительные черты методики экстремальных видов адаптивной физической культуры</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнения с использованием тренажеров, обеспечивающих вертикальные, горизонтальные ускорения и вращательные движения тела занимающегося. 2. Экстремальные виды спорта. 3. Классификация факторов, приводящих к несчастным случаям и чрезвычайным происшествиям в спорте. 	2
34.	<p align="center">Практическое занятие № 34.</p> <p align="center">Конкретизация цели и задач физической реабилитации, ведущих функций и принципов</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Организация физической реабилитации. 2. Определения основных понятий – физическая реабилитация и лечебная физическая культура. 3. Необходимое оборудование кабинетов ЛФК. 4. Профессия «физический терапевт». Понятие и цель эрготерапии. 	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	<p>Лекция №1. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры.</p> <p><i>План лекции:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Адаптивная физическая культура в системе высшего профессионального образования 2. Адаптивная физическая культура в системе среднего профессионального образования 3. Интеграция образовательных программ – современная тенденция в высшей и средней школе 4. Повышение квалификации и переподготовка кадров по адаптивной физической культуре 	2
2.	<p style="text-align: center;">Лекция №2. Основные виды адаптивной физической культуры.</p> <p><i>План лекции:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Критерии выделения компонентов (видов) адаптивной физической культуры 2. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры 	2
3.	<p style="text-align: center;">Лекция № 3. Характеристика объекта педагогических воздействий в адаптивной физической культуре</p> <p><i>План лекции:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особенности психофизического развития лиц с нарушением зрения. 2. Особенности психофизического развития лиц с нарушением слуха. 3. Особенности психофизического развития лиц с нарушением ОДА. 4. Особенности психофизического развития лиц с нарушением с нарушением интеллекта. 	2
4.	<p style="text-align: center;">Лекция № 4. Принципы адаптивной физической культуры</p> <p><i>План лекции:</i></p> <p>Реабилитационные принципы. Педагогические принципы. Принципы физического воспитания и спорта. Социальные принципы.</p>	2
5.	<p style="text-align: center;">Лекция №5. Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры.</p> <p><i>План лекции:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Педагогические задачи адаптивной физической культуры. 2. Средства адаптивной физической культуры. Классификация физических упражнений Классификация подвижных игр. 3. Дополнительные средства. Специальный спортивный инвентарь для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. 4. Средства вербального (речевого) воздействия. 5. Идеомоторные и психорегулирующие упражнения. 6. Средства обеспечения наглядности. 7. Технические средства и тренажеры. 8. Естественно средовые и гигиенические средства. 	2
6.	<p style="text-align: center;">Лекция № 6. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре.</p>	2

	<p><i>План лекции:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основные теоретические концепции “безошибочного” обучения. 2. Традиционная (трехэтапная) структура процесса обучения. 3. Отличительные черты методики обучения двигательным действиям. 4. Отличительны черты развития физических качеств и способностей в адаптивном спорте. 5. Средства развития физических качеств и способностей в адаптивном спорте. 	
--	--	--

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	<p style="text-align: center;"><i>Практическое занятие № 1.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры.</i></p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Воспитание лиц с отклонениями в состоянии здоровья с сохранным интеллектом. 	2
2.	<p style="text-align: center;"><i>Практическое занятие № 2.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Конкретизация цели и задач адаптивного физического воспитания, его ведущих функций и принципов.</i></p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Приоритетные функции адаптивного физического воспитания. 2. Приоритетные задачи адаптивного физического воспитания. 3. Приоритетные принципы адаптивного физического воспитания. 	2
3.	<p style="text-align: center;"><i>Практическое занятие № 3.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Конкретизация целей и задач адаптивного спорта, его ведущих функций и принципов.</i></p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Приоритетные функции адаптивного спорта. 2. Приоритетные задачи адаптивного спорта. 3. Приоритетные принципы адаптивного спорта. 	2
4.	<p style="text-align: center;"><i>Практическое занятие № 4.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Классификация направлений развития адаптивного спорта.</i></p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Классификация направлений развития адаптивного спорта. 2. Модели соревновательной деятельности. 3. Тенденции интеграции и дифференциации в адаптивном спорте 	2
5.	<p style="text-align: center;"><i>Практическое занятие № 5.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Общая характеристика средств адаптивной двигательной рекреации и условий их применения</i></p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Общая характеристика средств адаптивной двигательной рекреации. 2. Классификация и систематизация условий проведения занятий по адаптивной двигательной рекреации. 	2
6.	<p style="text-align: center;"><i>Практическое занятие № 6.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Основные средства и отличительные черты методики креативных художественно-музыкальных видов адаптивной физической культуры</i></p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основные средства и отличительные черты методики психогимнастики М.И. Чистяковой. 2. Особенности танцевальной терапии. 3. Плюсы и минусы спонтанных и структурированных форм танцевальной терапии. 	2

7.	<p align="center">Практическое занятие № 7.</p> <p align="center">Основные средства и отличительные черты методики экстремальных видов адаптивной физической культуры</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнениях с использованием тренажеров, обеспечивающих вертикальные, горизонтальные ускорения и вращательные движения тела занимающегося. 2. Экстремальные виды спорта. 3. Классификация факторов, приводящих к несчастным случаям и чрезвычайным происшествиям в спорте. 	2
8.	<p align="center">Практическое занятие № 8.</p> <p align="center">Конкретизация цели и задач физической реабилитации, ведущих функций и принципов</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Организация физической реабилитации. 2. Определения основных понятий – физическая реабилитация и лечебная физическая культура. 3. Необходимое оборудование кабинетов ЛФК. 4. Профессия «физический терапевт». Понятие и цель эрготерапии. 	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 (модуля):

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, 2020. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07190-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454085>
2. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С.П. Евсеев. - Москва : Спорт, 2016. - 614, [1] с. : ил.
3. 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. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278495>
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, 2020. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453942>
5. Синельникова, Т.В. Адаптивная физическая культура для лиц с нарушением интеллектуального развития : учебное пособие / Т.В. Синельникова, Л.В. Харченко ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2018. – 120 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563136>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсева, Е.Б. Ладыгина [и др.]; под общ. ред. С. П. Евсева. - Москва : Советский спорт, 2014. - 297 с. : ил.
2. Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание : учебное пособие для академического бакалавриата : для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / 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.
3. Балашова, В.Ф. Теория и организация адаптивной физической культуры . Тестовый контроль знаний : учебное пособие / В.Ф. Балашова. - 2-е изд. - Москва : Физическая культура, 2009. - 189 с.
4. 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. Евсева, 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. Евсева. - [3-е изд., испр. и доп.]. - Санкт-Петербург : [Галлея принт], 2013. - 274, [1] с. : ил.
5. Козлова, О.А. Адаптивная физическая культура = Adaptive physical education : учебное пособие / О.А. Козлова, Е.Ю. Коротаяева; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации ; Московский государственный юридический университет им. О.Е. Кутафина (МГЮА). - Москва : Проспект, 2019. - 63, [1] с.
6. 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. Евсева, Е.Б. Ладыгина [и др.]. - СПб. : [б. и.], 2018. – 118 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Ростомашвили, Л.Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития : учебное пособие / Л.Н. Ростомашвили. - Москва : Советский спорт, 2015. - 163, [1] с. : ил.
8. Сапего, А.В. Частные методики адаптивной физической культуры : учебное пособие / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. Полковников ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 228 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278924>
9. 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. Евсева. - Москва : Советский спорт, 2010. - 291 с.
10. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник : в 2 т. Т. 2 : Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов / под ред. С. П. Евсева. - Москва : Советский спорт, 2009. - 447 с. : ил.
11. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / авт.-сост. О.Э. Евсева, С.П. Евсеев ; под общ. ред. С.П. Евсева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367>
12. Токарская, Л.В. Методика преподавания физической культуры детям и подросткам с умственной отсталостью : учебное пособие / Л.В. Токарская, Н.А. Дубровина, Н.Н. Бабийчук; Уральский федеральный университет им. Первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2018. - 188, [2] 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\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- 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 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 АBBYY 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. АBBYY 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)- 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", 190х70х70-6 шт.
4. Мультимедийное сопровождение лекций.
5. Видеофильм “Физическая культура и спорт для инвалидов с нарушениями опорно-двигательного аппарата” - 45 мин.
6. Видеофильм “Танцы и художественная гимнастика в колясках” - 1ч.10 мин.
7. Видеофильмы о Специальном Олимпийском движении в России и Санкт-Петербурге - Всего на 3 часа 50 минут.
8. Видеофильм “XIПаралимпийские игры в Сиднее (Австралия, 2000)” - 1 час.20 мин.
9. Видеофильм "Паралимпийские игры в Пекине (Китай, 2008)" – 45 минут.
10. Видеофильм «Паралимпийские зимние игры в Сочи (Россия, 2014)» - 1,15 минут.

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

Оборудование аудитории для мультимедийного сопровождения занятий.

Аудио-видеоаппаратура.

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 адаптивной физической культуры

Рабочая программа дисциплины (модуля)

**ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА И ТРЕНАЖЕРЫ В АДАПТИВНОМ
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):
Адаптивный спорт

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
Адаптивный спорт

 Аксенов А.В.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«17» 06 2019 г., протокол № 10

Зав. кафедрой  Евсеев С.П.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» 06 2019 г., протокол № 14

Авторы-разработчики:
Ст. преп. каф. ТиМАС Рябчиков А.Ю.

Санкт-Петербург 2019

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 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
Универсальные 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 специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности и правила оказания первой помощи при	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

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 обоснованные комплексы упражнений общей физической подготовки; - Определять признаки переутомления, перенапряжения, варьировать степень и направленностью физической нагрузки;

ПК-1.3.

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 физической подготовки; - Определять признаки переутомления, перенапряжения,

	<p>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.</p>	<p>варьировать степенью и направленностью физической нагрузки;</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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	121								121	
В том числе:										
Занятия лекционного типа	38								38	
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	56								56	
Промежуточная аттестация (экзамен)	27								27	
Самостоятельная работа студента	95								95	
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	33									33	
В том числе:											
Занятия лекционного типа	10									10	
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	14									14	
Промежуточная аттестация (экзамен)	9									9	
Самостоятельная работа студента	183									183	
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.	Оснащение сооружений спортивного назначения с целью обеспечения доступности проведения спортивно-оздоровительной работы с инвалидами.	Введение в дисциплину. Основные понятия. Функционально-технологические характеристики и специальные требования к физкультурно-оздоровительных и спортивных сооружений, используемых лицами с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов и маломобильных групп населения. Безбарьерная среда.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.
2.	Технические средства самообслуживания и специальные средства ухода для лиц с ограниченными возможностями и маломобильных групп населения.	<p>Требования к санузелу и его оборудованию.</p> <p>Требование к сантехнике.</p> <p>Устройства, предназначенные для фиксации и захвата одежды в процессе одевания и раздевания.</p> <p>Приспособления для захвата и передвижения предметов. Специальные стулья, кресла и приспособления.</p> <p>Функциональные кровати и прикроватные устройства.</p> <p>Противопролежневые матрасы и абсорбирующее белье. Специальные средства при нарушении функции выделения.</p> <p>Вертикализаторы, костюмы, параподиумы, экзоскелеты.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - теорию и методику адаптивной физической культуры; - методы и методики врачебно-педагогического контроля на тренировочных занятиях; - общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности и правила оказания первой помощи при проведении тренировочных мероприятий по виду адаптивного спорта; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; - Определять признаки переутомления, перенапряжения, варьировать степень и направленностью физической нагрузки; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Выявление признаков переутомления, перенапряжения, регулирование физической нагрузки спортсменов -

			<p>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.</p>
3.	<p>Технические средства реабилитации для лиц с ограниченными возможностями и маломобильных групп населения.</p>	<p>Технические средства реабилитации инвалидов с нарушением зрения: средства для ориентации инвалидов в пространстве, тифлотехнические средства, оптические средства коррекции слабовидения, медицинские приборы для слабовидящих и слепых, собаки поводыри.</p> <p>Технические средства реабилитации инвалидов с нарушением слуха: способы коррекции тугоухости, типы слуховых аппаратов, биомедицинские и дистанционные технологии коррекции, восстановления недостатков слуха.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 подготовке, 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

			<p>безопасности и правила оказания первой помощи при проведении тренировочных мероприятий по виду адаптивного спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Использовать методически обоснованные комплексы упражнений общей физической подготовки; - Определять признаки переутомления, перенапряжения, варьировать степенью и направленностью физической нагрузки; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.	Технические средства для обучения, образования и занятий трудовой деятельностью.	Понятие об ассистивных технологиях. Средства обучения (тренировки) навыкам, учебные материалы для развития навыков письменной речи	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планы, содержание и объемы занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовке с членами спортивной сборной команды по виду (спортивной

		<p>(письма). Средства обучения лиц с сочетанными нарушениями функций. Средства обучения лиц с нарушением слуха, речи, с нарушением психических функции.</p>	<p>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; 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; - 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; Имеет опыт: - Разработки плана проведения занятий по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды</p>
--	--	---	--

			<p>по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разработки индивидуального адаптационного курса тренировок для спортсмена - члена спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта, адаптационного курса тренировок для спортивной сборной команды;
5.	<p>Технические средства для выполнения двигательных действий в положении сидя.</p>	<p>Конструкции кресел-колясок для различных видов физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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

			<p>культурой и общей физической подготовкой со спортсменами- членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений; - приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; - Использовать методически обоснованные комплексы упражнений общей физической подготовки; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.
6.	Средства протезной техники для занятия физической культурой и спортом.	Технические средства для инвалидов с дефектами верхних и нижних конечностей. История развития протезной техники. Конструкции протезов и вспомогательного оборудования для различных видов физкультурно-спортивной	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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

		<p>деятельности. Современные технологии протезирования.</p>	<p>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; - 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; 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; - Определять признаки переутомления, перенапряжения, варьировать степень и направленностью физической нагрузки; Имеет опыт: - Выявление признаков</p>
--	--	---	--

			<p>переутомления, перенапряжения, регулирование физической нагрузки спортсменов - членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта во время проведения занятий;</p> <p>- 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.</p>
7.	<p>Технические средства и спортивный инвентарь, применяемые в различных видах адаптивного спорта.</p>	<p>Технические средства, спортивный инвентарь, применяемые в летних и зимних паралимпийских видах спорта, неолимпийских видах адаптивного спорта,</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; - 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,

			<p>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;</p> <p>- правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений;</p> <p>Умеет:</p> <p>- 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;</p> <p>Имеет опыт:</p> <p>- Разработки плана проведения занятий по адаптивной физической культуре по программам и методикам подготовки членов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта;</p>
8.	<p>Технические средства и тренажеры, применяемые для обучения и совершенствования двигательных действий и для развития физических качеств.</p>	<p>Понятие тренажер, спортивный тренажер, тренировочное устройство. Классификация тренажеров. Тренажеры для развития физических качеств. Тренажеры для обучения двигательным действиям. Различные конструкции тренажеров.</p>	<p>Знает:</p> <p>- планы, содержание и объемы занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовке с членами спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта;</p> <p>- типовые (модельные) и авторские методики и технологии организации занятий по адаптивной физической культуре и общей физической подготовки, используемые (рекомендуемые для</p>

		<p>использования) для подготовки спортсменов спортивной сборной команды по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта;</p> <ul style="list-style-type: none">- 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;- 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; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- 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
--	--	--

		<p>дисциплине) адаптивного спорта;</p> <ul style="list-style-type: none">- 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; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none">- 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
--	--	---

			<p>дисциплине) адаптивного спорта во время проведения занятий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.
9.	<p>Технические средства для восстановления работоспособности спортсменов-инвалидов. Технические средства контроля морфо-функционального состояния спортсменов-инвалидов для оценки эффективности тренировочного процесса.</p>	<p>Технические средства восстановления работоспособности, применяемые в адаптивном спорте. Различные варианты конструкции технических средств восстановления. Применение технических средств оценки и контроля в адаптивном спорте. Виды контроля. Программа комплексного контроля.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 подготовке, 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; - общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности и правила оказания первой помощи при проведении тренировочных мероприятий по виду

		<p>адаптивного спорта;</p> <ul style="list-style-type: none">- 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. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- 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
--	--	--

			<p>обоснованные комплексы упражнений общей физической подготовки;</p> <ul style="list-style-type: none">- Определять признаки переутомления, перенапряжения, варьировать степень и направленностью физической нагрузки; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none">- 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.
--	--	--	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	<p>Лекция №1. Введение в дисциплину. Вопросы для обсуждения: Основные понятия. Значение использования технических средств в адаптивной физической культуре и спорте.</p>	2.
1.	<p>Лекция №2. Оснащение физкультурно-оздоровительных и спортивных сооружений. Вопросы для обсуждения: Функционально-технологические характеристики и специальные требования к физкультурно-оздоровительных и спортивных сооружений, используемых лицами с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов и маломобильных групп населения. Безбарьерная среда.</p>	2.
2.	<p>Лекция №3. Технические средства самообслуживания. Вопросы для обсуждения: Требования к санузлу и его оборудованию. Требование к сантехнике. Устройства, предназначенные для фиксации и захвата одежды в процессе одевания и раздевания. Приспособления для захвата и передвижения предметов. Специальные стулья, кресла и приспособления.</p>	2.
2.	<p>Лекция №4. Технические средства ухода для лиц с ограниченными возможностями и маломобильных групп населения. Вопросы для обсуждения: Функциональные кровати и прикроватные устройства. Противопролежневые матрасы и абсорбирующее белье. Специальные средства при нарушении функции выделения.</p>	2.
3.	<p>Лекция №5. Технические средства реабилитации для лиц с поражением сенсорных систем. Вопросы для обсуждения: Технические средства реабилитации инвалидов с нарушением зрения: средства для ориентации инвалидов в пространстве, тифлотехнические средства, оптические средства коррекции слабовидения, медицинские приборы для слабовидящих и слепых, собаки поводыри. Технические средства реабилитации инвалидов с нарушением слуха: способы коррекции тугоухости, типы слуховых аппаратов, биомедицинские и дистанционные технологии коррекции, восстановления недостатков слуха.</p>	2.
3.	<p>Лекция №6. Технические средства реабилитации для лиц с поражением центральной нервной системы. Вопросы для обсуждения: Вертикализаторы, костюмы, параподиумы, экзоскелеты.</p>	2.
4.	<p>Лекция №7. Технические средства для обучения, образования и занятий трудовой деятельностью. Вопросы для обсуждения: Понятие об ассистивных технологиях. Средства обучения (тренировки) навыкам, учебные материалы для развития навыков письменной речи (письма).</p>	2.

4.	<p>Лекция №8. Технические средства для обучения, образования и занятий трудовой деятельностью лиц с сочетанными нарушениями функций, лиц с нарушением слуха, речи, с нарушением психических функций.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Средства обучения лиц с сочетанными нарушениями функций. Средства обучения лиц с нарушением слуха, речи, с нарушением психических функций.</p>	2.
5.	<p>Лекция №9. Технические средства для выполнения двигательных действий в положении сидя. Механические кресла-коляски.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Конструкции и параметры механических кресел-колясок для различных видов физкультурно-спортивной деятельности.</p>	2.
5.	<p>Лекция №10. Технические средства для выполнения двигательных действий в положении сидя. Электроколяски.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Конструкции и параметры кресел-колясок с электроприводом. Применение электроколясок в адаптивном спорте. Гусеничные ступенькоходы.</p>	2.
6.	<p>Лекция №11. Средства протезной техники для занятия физической культурой и спортом. Протезы нижних конечностей.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Узлы протезов нижних конечностей. История развития протезной техники. Конструкции протезов и вспомогательного оборудования для различных видов физкультурно-спортивной деятельности. Современные технологии протезирования.</p>	2.
6.	<p>Лекция №12. Средства протезной техники для занятия физической культурой и спортом. Протезы верхних конечностей.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Узлы протезов верхних конечностей. История развития протезной техники. Конструкции протезов и вспомогательного оборудования для различных видов физкультурно-спортивной деятельности. Современные технологии протезирования.</p>	2.
7.	<p>Лекция №13. Технические средства и спортивный инвентарь, применяемые в различных видах адаптивного спорта. Летние паралимпийские виды спорта.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Технические средства, спортивный инвентарь, применяемые в летних паралимпийских видах спорта.</p>	2.
7.	<p>Лекция №14. Технические средства и спортивный инвентарь, применяемые в различных видах адаптивного спорта. Зимние паралимпийские виды спорта.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Технические средства, спортивный инвентарь, применяемые в зимних паралимпийских видах спорта.</p>	2.
7.	<p>Лекция №15. Технические средства и спортивный инвентарь, применяемые в различных видах адаптивного спорта. Неолимпийские виды спорта инвалидов, специальный олимпийский и сурдлимпийский спорт.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Технические средства, спортивный инвентарь, применяемые в неолимпийском спорте инвалидов, при подготовке и в процессе специальных олимпийских и сурдлимпийских игр.</p>	2.
8.	<p>Лекция №16. Понятие и классификация тренажеров.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p>	2.

	Понятие тренажер, спортивный тренажер, тренировочное устройство. Классификация тренажеров.	
8.	<p>Лекция №17. Различные конструкции тренажеров, применяемых в процессе подготовки спортсменов-инвалидов.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Различные конструкции тренажеров для развития физических качеств. Тренажеры для обучения двигательным действиям.</p>	2.
9.	<p>Лекция №18. Технические средства для восстановления работоспособности спортсменов-инвалидов.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Технические средства восстановления работоспособности, применяемые в адаптивном спорте. Различные варианты конструкции технических средств восстановления.</p>	2.
9.	<p>Лекция №19. Технические средства контроля морфо-функционального состояния спортсменов-инвалидов для оценки эффективности тренировочного процесса.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Применение технических средств оценки и контроля в адаптивном спорте. Виды контроля. Программа комплексного контроля. Велоэргометрия, тредмил-тест, степ тесты, спирометрия и др.</p>	2.

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	Семинар №1 Введение в дисциплину. Вопросы для обсуждения: Основные понятия. 1 - текущий контроль:	2
1	Семинар №2 Значение технических средств, используемых в адаптивном спорте. Вопросы для обсуждения: Значение использования технических средств в адаптивной физической культуре и спорте. 1 - текущий контроль:	2
1	Семинар №3 Оснащение территорий, зданий и сооружений с целью обеспечения доступности для инвалидов и маломобильных групп населения. Безбарьерная среда. Вопросы для обсуждения: Функционально-технологические характеристики и специальные требования к жилым территориям и зданиям, используемым лицами с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов и маломобильных групп населения. Понятие «безбарьерная среда».	2
1	Семинар №4 Оснащение физкультурно-оздоровительных и спортивных сооружений. Вопросы для обсуждения: Функционально-технологические характеристики и специальные требования к физкультурно-оздоровительным и спортивным сооружениям, используемых лицами с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов и маломобильных.	2
2	Семинар №5. Технические средства самообслуживания. Санитарный узел. Вопросы для обсуждения: Требования к санузлу и его оборудованию. Требование к сантехнике.	2
2	Семинар №6 Технические средства самообслуживания. Одевание, раздевание, прием пищи. Вопросы для обсуждения: Устройства, предназначенные для фиксации и захвата одежды в процессе одевания и раздевания. Приспособления для захвата и передвижения предметов. Специальные стулья, кресла и приспособления.	2
2	Семинар №7 Технические средства ухода в положении лежа для лиц с ограниченными возможностями. Вопросы для обсуждения: Функциональные кровати и прикроватные устройства. Противопролежневые матрасы и абсорбирующее белье.	2
2	Семинар №8 Технические средства ухода при поражении функций выделения для лиц с ограниченными. Вопросы для обсуждения: Специальные средства при нарушении функции выделения.	2
3	Семинар №9 Технические средства реабилитации для лиц с поражением зрения. Вопросы для обсуждения: Технические средства реабилитации инвалидов с нарушением	2

	зрения: средства для ориентации инвалидов в пространстве, тифлотехнические средства, оптические средства коррекции слабовидения, медицинские приборы для слабовидящих и слепых, собаки поводыри.	
3	Семинар №10 Технические средства реабилитации для лиц с поражением слуха. Вопросы для обсуждения: Технические средства реабилитации инвалидов с нарушением слуха: способы коррекции тугоухости, типы слуховых аппаратов, биомедицинские и дистанционные технологии коррекции, восстановления недостатков слуха.	2
3	Семинар №11 Технические средства реабилитации для лиц с поражением центральной нервной системы. Вертикализаторы и параподиумы. Вопросы для обсуждения: Статические, динамические, функциональные, детские вертикализаторы и параподиумы. Различные варианты конструкции. Методы использования.	2
3	Семинар №12 Технические средства реабилитации для лиц с поражением центральной нервной системы. Костюмы и экзоскелеты. Вопросы для обсуждения: Различные варианты конструкций экзоскелетов. Экзоскелеты верхних и нижних конечностей. Методы применения экзоскелетов. Костюмы: «Адели», «Гравистат», «Атлант», их конструкция и методы применения.	2
4	Семинар №13 Технические средства для обучения, образования и занятий трудовой деятельностью лиц с нарушением слуха. Вопросы для обсуждения: Понятие об ассистивных технологиях. Средства обучения (тренировки) навыкам, учебные материалы для развития навыков письменной речи (письма). Средства обучения лиц с нарушением слуха.	2
4	Семинар №14 Технические средства для обучения, образования и занятий трудовой деятельностью лиц с нарушением речи, лиц с нарушением психических функции, лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата. Вопросы для обсуждения: Средства обучения лиц с нарушением речи, лиц с нарушением психических функции, лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата.	2
5	Семинар №15 Технические средства для выполнения двигательных действий в положении сидя. Кресла-коляски с электроприводом. Вопросы для обсуждения: Конструкции и параметры кресел-колясок с электроприводом. Применение электроколясок в адаптивном спорте. Гусеничные ступенькоходы.	2
5	Семинар №16 Технические средства для выполнения двигательных действий в положении сидя. Механические бытовые и спортивные кресла-коляски. Вопросы для обсуждения: Конструкции и параметры механических кресел-колясок для различных видов физкультурно-спортивной деятельности.	2
6	Семинар №17 Средства протезной техники для занятия физической культурой и спортом. Протезы нижних конечностей.	2

	<p>Вопросы для обсуждения: Узлы протезов нижних конечностей. История развития протезной техники. Конструкции протезов и вспомогательного оборудования для различных видов физкультурно-спортивной деятельности. Современные технологии протезирования.</p>	
6	<p>Семинар №18 Средства протезной техники для занятия физической культурой и спортом. Протезы верхних конечностей. Вопросы для обсуждения: Узлы протезов верхних конечностей. Конструкции протезов и вспомогательного оборудования для различных видов физкультурно-спортивной деятельности. Современные технологии протезирования.</p>	2
7	<p>Семинар №19 Технические средства и спортивный инвентарь, применяемые в различных видах адаптивного спорта. Летние паралимпийские виды спорта. Вопросы для обсуждения: Технические средства, спортивный инвентарь, применяемые в летних паралимпийских видах спорта.</p>	2
7	<p>Семинар №20 Технические средства и спортивный инвентарь, применяемые в различных видах адаптивного спорта. Зимние паралимпийские виды спорта. Вопросы для обсуждения: Технические средства, спортивный инвентарь, применяемые в зимних паралимпийских видах спорта.</p>	2
7	<p>Семинар №21 Технические средства и спортивный инвентарь, применяемые в специальном олимпийском и сурдлимпийском спорте. Вопросы для обсуждения: Технические средства, спортивный инвентарь, применяемые в специальном олимпийском и сурдлимпийском спорте.</p>	2
7	<p>Семинар №22 Технические средства и спортивный инвентарь, применяемые в различных видах адаптивного спорта. Неолимпийские виды спорта инвалидов. Вопросы для обсуждения: Технические средства, спортивный инвентарь, применяемые в неолимпийском спорте инвалидов.</p>	2
8.	<p>Семинар №23 Понятие и классификация тренажеров. История развития тренажеров в мире и у нас в стране. Вопросы для обсуждения: Понятие тренажер, спортивный тренажер, тренировочное устройство. Классификация тренажеров.</p>	2
8.	<p>Семинар №24 Кардиотренажеры. Вопросы для обсуждения: Понятие «кардиотренажер», его особенности и функции. Основные виды кардиотренажеров: беговая дорожка, велотренажер, эллиптический тренажер, гребной тренажер и др.</p>	2
8.	<p>Семинар №25 Гидравлические и пневматические тренажерные системы. Вопросы для обсуждения: Различные конструкции гидравлических и пневматических тренажеров, их особенности и функции. Методика тренировок.</p>	2
9.	<p>Семинар №26 Технические средства для восстановления работоспособности спортсменов-инвалидов. Вопросы для обсуждения: Технические средства восстановления работоспособности,</p>	2

	применяемые в адаптивном спорте. Различные варианты конструкции технических средств восстановления.	
9	<p>Семинар №27 Технические средства для оценки процесса технической, тактической и других сторон подготовки спортсменов-инвалидов.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Применение технических средств оценки и контроля в адаптивном спорте. Виды контроля. Программа комплексного контроля. Велоэргометрия, тредмил-тест, степ тесты, спирометрия и др.</p>	2
9	<p>Семинар №28 Функциональные пробы.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Велоэргометрия, тредмил-тест, степ тесты, спирометрия и др.</p>	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	<p>Лекция №1. Введение в дисциплину. Вопросы для обсуждения: Основные понятия. Значение использования технических средств в адаптивной физической культуре и спорте.</p>	2
1.	<p>Лекция №2. Оснащение физкультурно-оздоровительных и спортивных сооружений. Вопросы для обсуждения: Функционально-технологические характеристики и специальные требования к физкультурно-оздоровительных и спортивных сооружений, используемых лицами с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов и маломобильных групп населения. Безбарьерная среда.</p>	2
2.	<p>Лекция №3. Технические средства для самоухода и самообслуживания. Вопросы для обсуждения: Требования к санузлу и его оборудованию. Требование к сантехнике. Устройства, предназначенные для фиксации и захвата одежды в процессе одевания и раздевания. Приспособления для захвата и передвижения предметов. Специальные стулья, кресла и приспособления. Функциональные кровати и прикроватные устройства. Противопролежневые матрасы и абсорбирующее белье. Специальные средства при нарушении функции выделения.</p>	2
3.	<p>Лекция №4. Технические средства реабилитации для лиц с ограниченными возможностями. Вопросы для обсуждения: Технические средства реабилитации инвалидов с нарушением зрения: средства для ориентации инвалидов в пространстве, тифлотехнические средства, оптические средства коррекции слабовидения, медицинские приборы для слабовидящих и слепых, собаки поводыри. Технические средства реабилитации инвалидов с нарушением слуха: способы коррекции тугоухости, типы слуховых аппаратов, биомедицинские и дистанционные технологии коррекции, восстановления недостатков слуха. Вертикализаторы, костюмы, параподиумы, экзоскелеты.</p>	2
4.	<p>Лекция №5. Технические средства для обучения, образования и занятий трудовой деятельностью лиц с ограниченными возможностями. Вопросы для обсуждения: Средства обучения лиц с сочетанными нарушениями функций. Средства обучения лиц с нарушением слуха, речи, с нарушением психических функций. Понятие об ассистивных технологиях. Средства обучения (тренировки) навыкам, учебные материалы для развития навыков письменной речи (письма).</p>	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
5.	<p>Семинар №1 Технические средства для выполнения двигательных действий в положении сидя. Кресла-коляски с электроприводом.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Конструкции и параметры кресел-колясок с электроприводом. Применение электроколясок в адаптивном спорте. Гусеничные ступенькоходы. Конструкции и параметры механических кресел-колясок для различных видов физкультурно-спортивной деятельности.</p>	2
6.	<p>Семинар №2 Средства протезной техники для занятия физической культурой и спортом. Протезы нижних конечностей.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Узлы протезов нижних конечностей. История развития протезной техники. Конструкции протезов и вспомогательного оборудования для различных видов физкультурно-спортивной деятельности. Современные технологии протезирования. Узлы протезов верхних конечностей. Конструкции протезов и вспомогательного оборудования для различных видов физкультурно-спортивной деятельности. Современные технологии протезирования.</p>	2
7.	<p>Семинар №3 Технические средства и спортивный инвентарь, применяемые в различных видах адаптивного спорта. Летние паралимпийские виды спорта.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Технические средства, спортивный инвентарь, применяемые в летних паралимпийских видах спорта.</p>	2
7.	<p>Семинар №4 Технические средства и спортивный инвентарь, применяемые в различных видах адаптивного спорта. Зимние паралимпийские виды спорта.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Технические средства, спортивный инвентарь, применяемые в зимних паралимпийских видах спорта.</p>	2
8.	<p>Семинар №5 Понятие и классификация тренажеров. История развития тренажеров в мире и у нас в стране. Кардиотренажеры.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Понятие тренажер, спортивный тренажер, тренировочное устройство. Классификация тренажеров. Понятие «кардиотренажер», его особенности и функции. Основные виды кардиотренажеров: беговая дорожка, велотренажер, эллиптический тренажер, гребной тренажер и др. Различные конструкции гидравлических и пневматических тренажеров, их особенности и функции. Методика тренировок.</p>	2
9.	<p>Семинар №6 Технические средства для восстановления работоспособности спортсменов-инвалидов.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Технические средства восстановления работоспособности, применяемые в адаптивном спорте. Различные варианты конструкции технических средств восстановления.</p>	2
9.	<p>Семинар №7 Технические средства для оценки процесса технической, тактической и других сторон подготовки спортсменов-инвалидов.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Применение технических средств оценки и контроля в</p>	2

	адаптивном спорте. Виды контроля. Программа комплексного контроля. Велозргометрия, тредмил-тест, степ тесты, спирометрия и др.	
--	--	--

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины (модуля):

ОСНОВНАЯ:

1. Дьяченко, Н.А. Тренажеры в физической культуре и спорте : учебное пособие / Н.А. Дьяченко. - СПб. : [б. и.], 2013.- 73 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
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. Покотило, М.Г. Материально-техническое обеспечение физической культуры и спорта : учебное пособие / М.Г. Покотило. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2015. - 229 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Спортивные тренажёры: классификация, характеристика и их использование в качестве технических средств в процессе физического воспитания : учебное пособие / И.И. Зулаев, М.В. Абульханова, Я.В. Сираковская и др. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 66 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572203>
5. Терзи, К.Г. Теория, методика и практика занятий в тренажерном зале : учебное пособие / К.Г. Терзи. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2015. – 299 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Аквафитнес : учебное пособие / Р.В. Кууз, Е.В. Ивченко, А.Ю. Липовка, В.П. Липовка. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014.- 121 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Евсеев, С.П. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры : учебник / С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, В.Г. Суляев. - Москва : Советский спорт, 2007. - 306 с. : ил.
3. Евсеев, С.П. Обучение двигательным действиям без ошибок : учебное пособие / С.П. Евсеев. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. – 223 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
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. Рипа, М.Д. Кинезотерапия. Культура двигательной активности : учебное пособие / М.Д. Рипа, И.В. Кулькова. - Москва : Кнорус, 2011. - 370 с. : ил.
6. Сомкин, А.А. Материально-техническое обеспечение занятий спортивной гимнастикой : [учебное пособие] / А.А. Сомкин; М-во спорта, туризма и молодежной политики Рос. Федерации, Москва. - СПб. : [б. и.], 2009. – 116 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Справочник по материально-техническому обеспечению адаптивной физической культуры : учебное пособие / авт.-сост. С. П. Евсеев, С. Ф. Курдыбайло. - Москва : Советский спорт, 2008. - 255 с. : ил.
8. Хитёв, А.В. Индустрия спортивных товаров (оборудование, инвентарь и экипировка для отдельных видов спорта) : учебное пособие / А.В. Хитёв, В.А. Цеховой - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015.- 155 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
9. Яцин, Ю.В. Оборудование и инвентарь для занятий боксом : учебное пособие / Ю.В. Яцин ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2007. – 47 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277370>

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](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](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 Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur A8-7410/6G/1T/AMD R5-1шт.

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)- 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.

Дисциплина «Технические средства и тренажеры в адаптивном спорте» 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 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):
Адаптивный спорт

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
Адаптивный спорт


Аксенов А.В.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«19» 06 2019 г., протокол № 14

Зав. кафедрой  Аксенов А.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» 06 2019 г., протокол № 14

Авторы-разработчики:
Евсеева О.Э., директор Института АФК, д.п.н.,
профессор
Ярыгина М.А., преп. каф ТиМАФК
Терентьева И.Г., доцент каф. ТиМАС
Мухина А.В., доцент каф. ТиМАС, к.п.н.

Санкт-Петербург 2019

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

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе по очной форме обучения, на 3 и 4 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-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	<p>ОПК-1.1. <i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 	<p><i>Знания:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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

	<p>занимающихся для выполнения гимнастических упражнений;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 	<p>гимнастических упражнений;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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
--	---	--

	<p>здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. <p>ОПК-1.2.</p> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 	<p>характера средствами плавания;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. <p><i>Умения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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,
--	---	---

	<p>методические приемы при проведении занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту в зависимости от поставленных задач;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 	<p>плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту в зависимости от поставленных задач;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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
--	---	---

	<p>инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки;</p> <p>- 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;</p> <p>- оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике;</p> <p>- 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;</p> <p>- 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;</p> <p>- 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;</p> <p>- проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<p>задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки;</p> <p>- 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;</p> <p>- оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике;</p> <p>- 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;</p> <p>- 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;</p> <p>- 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;</p> <p>- проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными</p>
--	--	---

	<p>- осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях;</p> <p>- анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся;</p> <p>- анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям;</p> <p>- формировать основы физкультурных знаний;</p> <p>- нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</p> <p>- применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>ОПК-1.3.</p> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <p>- 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 способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры; - проведения фрагмента урока</p>	<p>возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях;</p> <p>- анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся;</p> <p>- анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям;</p> <p>- формировать основы физкультурных знаний;</p> <p>- нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</p> <p>- применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья.</p> <p><i>Навыки:</i></p> <p>- 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; - 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 действий 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</p>
--	---	---

	<p>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 времени образовательной организации.</p>	<p>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 времени образовательной организации.</p>
<p>ОПК-7</p>	<p>ОПК-7.1. <i>Знает:</i> - 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</p>	<p><i>Знания:</i> - 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</p>

	<p>построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; ОПК-7.2. <i>Умеет:</i> -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. <i>Имеет опыт:</i> - 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;</p>	<p>построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп; <i>Умения:</i> -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; <i>Навыки:</i> - 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;</p>
--	--	---

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 (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	102					68	34		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	33					6	27		
Самостоятельная работа студента	129					66	63		

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							12	6		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)							16	8		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный 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-о-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. <i>Знает:</i> <ul style="list-style-type: none"> - 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

			<p>легкой атлетики;</p> <ul style="list-style-type: none">- 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 здоровьесформирующих 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.

			<p><i>Имеет опыт:</i> - 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;</p>
2.	<p>Гимнастика для лиц с отклонениям и в состоянии здоровья.</p>	<p>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 оздоровительной аэробикой. Гигиена питания при занятиях оздоровительной аэробикой. Методика построения комплекса</p>	<p>ОПК-1.1. <i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. <p>ОПК-1.2. <i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 ИВС и АС);

		<p>низкоударной аэробики для лиц, имеющих ограниченные возможности.</p> <p>Фитбол-аэробика в адаптивной физической культуре.</p> <p>Степ-аэробика в адаптивной физической культуре.</p> <p>Танцевальная аэробика в адаптивной физической культуре.</p> <p>Шейпинг как научная комплексная система физической культуры.</p> <p>Стретчинг в адаптивной физической культуре.</p> <p>Калланетика-система физических упражнений</p> <p>Каллан</p> <p>Пинкни.</p>	<p>-использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств гимнастики;</p> <p>- организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений;</p> <p>-контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики;</p> <p>- оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике и определять ошибки в технике;</p> <p>- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике, подбирать приемы и средства для их устранения;</p> <p>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по гимнастике;</p> <p>- использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике;</p> <p>- проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях;</p> <p>- анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся;</p> <p>- формировать основы физкультурных знаний;</p> <p>- нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</p> <p>- применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>ОПК-1.3.</p> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <p>- проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</p> <p>- владения техникой обще-подготовительных, специально-подготовительных и соревновательных</p>
--	--	---	---

			<p>гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>ОПК-7.1. <i>Знает:</i> - виды физических качеств и факторы, их определяющие;</p> <ul style="list-style-type: none"> -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; <p>ОПК-7.2. <i>Умеет:</i> -учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; <p>ОПК-7.3. <i>Имеет опыт:</i> - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> -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 ограниченны	Аква-фитнес в адаптивной физической культуре.	<p>ОПК-1.1. <i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - историю и современное состояние плавания его место и значение в физической культуре, науке и

<p>е возможности здоровья - гидрореабил итация</p>	<p>Гидрореабилитация как педагогический процесс.</p>	<p>образования;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. <p>ОПК-1.2. <i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 плаванием 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
---	--	--

			<p>числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений плавания;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>ОПК-1.3.</p> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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»; <p>проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне</p>
--	--	--	--

			<p>учебного времени образовательной организации. ОПК-7.1. <i>Знает:</i> - 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. <i>Умеет:</i> -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. <i>Имеет опыт:</i> - 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;</p>
4.	<p>Коррекционные развивающие игры в адаптивной физической культуре.</p>	<p>Социальная сущность и значение игры Подбор и моделирование игр в адаптивной физической культуре. Подвижные игры для детей с нарушением в развитии</p>	<p>ОПК-1.1. <i>Знает:</i> - 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;</p>

- организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях;
- способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры;
- способы реализации здоровьесформирующих 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 игр;
- 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 игр;
- 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

			<p>учебному предмету «Физическая культура»;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации. <p>ОПК-7.1. <i>Знает:</i> - 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;</p> <p>ОПК-7.2. <i>Умеет:</i> -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;</p> <p>ОПК-7.3. <i>Имеет опыт:</i> - 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;</p>
5.	<p>Национальные спортивные и оздоровительные технологии</p>	<p>Методика организации и проведения игры в дартс. Методика организации и обучения игры в мини-футбол. Организация и методика проведения игры в радиальный баскетбол</p>	<p>ОПК-1.1. <i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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

		<p>праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр;</p> <ul style="list-style-type: none">- 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 здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;- психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. <p>ОПК-1.2. <i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none">- 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 игр;- 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
--	--	---

		<p>на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств спортивных и подвижных;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>ОПК-1.3.</p> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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
--	--	--

			<p>физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>ОПК-7.1. <i>Знает:</i> - 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;</p> <p>ОПК-7.2. <i>Умеет:</i> -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;</p> <p>ОПК-7.3. <i>Имеет опыт:</i> - 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;</p>
6.	<p>Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности</p>	<p>Понятия и классификация профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности. Профессионально-</p>	<p>ОПК-1.1. <i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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;

		<p>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-тренировочной деятельности в радиальном баскетболе (питербаскете).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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 здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. <p>ОПК-1.2. <i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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;
--	--	---	--

			<ul style="list-style-type: none">- 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
--	--	--	---

		<p>и физкультурно-массовых мероприятиях;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>ОПК-1.3. <i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>ОПК-7.1. <i>Знает:</i> - 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;</p> <p>ОПК-7.2. <i>Умеет:</i> -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;</p>
--	--	---

			<p>ОПК-7.3. <i>Имеет опыт:</i> - 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;</p>
7.	<p>Туризм как метод реабилитации и и оздоровления лиц с ограниченными возможностями здоровья</p>	<p>Детский церебральный паралич и туризм; Противопоказания для участия в туристических мероприятиях; Организация туристских походов с учетом нозологии; Гигиена, профилактика, техника безопасности в туризме для пожилых людей и инвалидов; Тактика передвижения группы с ограниченными возможностями на спортивном маршруте. Спортивные праздники, фестивали, состязания, игры с лицами, имеющими ограниченные возможности.</p>	<p>ОПК-1.1. <i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 здоровьесформирующих 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

		<p>приемы при проведении занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту в зависимости от поставленных задач;</p> <ul style="list-style-type: none">- 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

			<p>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.</p> <p>ОПК-7.1. <i>Знает:</i> - 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;</p> <p>ОПК-7.2. <i>Умеет:</i> -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;</p> <p>ОПК-7.3. <i>Имеет опыт:</i> - 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;</p>
8.	Нетрадиционные оздоровитель	Психогимнастика в адаптивной	<p>ОПК-1.1. <i>Знает:</i> - воспитательные возможности занятий</p>

<p>ные технологии</p>	<p>физической культуре. Антистрессова я пластическая гимнастика (АПГ). Оздоровительная славянская система целостного движения. Физическая культура личности и двигательная пластика индивида. 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 формокоррекции ритмопластики. Программа "Отражение". Метод</p>	<p>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 здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. ОПК-1.2. <i>Умеет:</i> - 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 инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</p>
------------------------------	--	---

	<p>лечебной релаксационной и пластики (РЛП). Оздоровительная система М. Норбекова. Система психосоматической саморегуляции. Верховая езда в коррекционной, реабилитационной и рекреационной работе с лицами, имеющими ограниченные возможности, включая инвалидов.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	<p>Лекция №1.</p> <p>Технологии физкультурно-спортивной деятельности в профессиональной подготовке специалиста по адаптивной физической культуре.</p> <p>Место курса, цель курса, задачи. Технологии физкультурно-спортивной деятельности- как интегрированная дисциплина.</p> <p>Возникновение и развитие дисциплины.</p> <p>Предмет исследования технологий физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>Средства, методы, и методические приемы.</p> <p>Основные разделы дисциплины.</p>	2
1	<p>Лекция №2.</p> <p>Классификация технологий в зависимости от нозологических признаков (лица с нарушениями сенсорных систем, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, речи, сенсорных систем, психики).</p> <p>Особенности использования технологий физкультурно-спортивной деятельности в зависимости от нозологии.</p> <p>Классификация технологий в зависимости от применяемых средств.</p>	2
2	<p>Лекция №3.</p> <p>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)</p> <p>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.</p>	2
2	<p>Лекция №4 Особенности методики построения комплекса для лиц, имеющих нарушения слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, психики (особенности подбора средств, методов, методических приёмов).</p> <p>Психолого-педагогические основы проведения занятий с лицами, имеющими ограниченные возможности.</p> <p>Использование методик оздоровительной аэробики в адаптивном физическом воспитании, адаптивной двигательной рекреации.</p>	2
2	<p>Лекция № 5</p> <p>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.</p> <p>Рассмотреть метрологические требования к тестам и процедуре тестирования.</p> <p>Выполнение функциональных тестов, проб, индексов и т.д.</p>	2
3	<p>Лекция №6.</p> <p>Место гидрореабилитации в системе профессионального образования.</p> <p>Гидрореабилитация лиц после травм и ампутаций, при ДЦП, аутизме, болезни Дауна, олигофрении, эпилепсии, гемипарезе, микроцефалии, гидроцефалии, диабете, сколиозе, ЗПР, ожирении, алкогольной</p>	2

	зависимости и наркомании.	
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 игры. 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. постановке цели и определению 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. Питербаскет – новая модификация баскетбола. Правила игры. Игровое поле (разметка). Инвентарь для игры в питербаскет. Основные положения игры. Состав команд. Использование адаптированного варианта – Питербаскет – валид – в спортивном движении людей с ограниченными физическими возможностями. Питербаскет – вид в психологической реабилитации.	2
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 мини-футбол в работе с детьми, имеющими нарушения интеллекта. Игра в мини-футбол.	
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	2

	<p>для того или иного вида адаптивного спорта, а также приобретать опыт эмоционально-ценностного отношения и творческой деятельности в сфере будущей профессии.</p> <p>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.</p>	
6	<p>Лекция №16</p> <p>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.</p>	2
6	<p>Лекция №17</p> <p>Систематизация профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности в рамках основных направлений адаптивного спорта: паралимпийском, сурдлимпийском, Специальном Олимпийском.</p>	2
7	<p>Лекция №18</p> <p>Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями здоровья.</p>	2
7	<p>Лекция №19</p> <p>Организация туристских походов с учетом нозологии. Детский церебральный паралич и туризм. Тактика передвижения группы с ограниченными возможностями на спортивном маршруте.</p>	2
7	<p>Лекция № 20</p> <p>Гигиена, профилактика, техника безопасности в туризме для пожилых людей и инвалидов. Противопоказания для участия в туристских мероприятиях.</p>	2
8	<p>Лекция № 21.</p> <p>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; экстерсориализации; самоутверждения; самосовершенствования. Технология реализации метода. Структура программы “Отражение”. Планирование занятий. Использование формокоррекционной ритмопластики в АФК</p>	2
8	<p>Лекция № 22.</p> <p>Дыхательные гимнастики, используемые в АФК. Методика обучения рациональному дыханию. Трехфазное дыхание. Рыдающее дыхание. Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. Метод «волевой ликвидации глубокого дыхания» К.П. Бутейко</p>	2
8	<p>Лекция № 23.</p> <p>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.Демирчоглыана. Гимнастические упражнения для глаз по Е.Е.Сомову. “Волшебные” игры для глаз по методике И.Смирнова и С.Фатеева.</p>	2

8	<p>Лекция № 24.</p> <p>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.</p>	2
8	<p>Лекция № 25.</p> <p>Структура комплекса психогимнастики. Содержание курса психогимнастики (20 занятий).</p> <p>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.</p>	2
8	<p>Лекция № 26.</p> <p>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.</p> <p>Методика организации и проведения занятий по лечебной верховой езде. Особенности организации соревнований по выездке среди инвалидов. Программа Паралимпийского конного спорта.</p>	2
8	<p>Лекция №27.</p> <p>Динамические – физические движения всех частей тела и статические – медитационно – дыхательные упражнения.</p> <p>Даосские целительные звуки в работе с лицами, имеющими нарушения слуха и речи. Комплекс основных упражнений оздоровительного цигуна. Самомассаж в системе цигун.</p>	2
8	<p>Лекция №28.</p> <p>Содержание ЛРП. Цели и задачи.</p> <p>Биоэнергетическая система человека. ПФУ как средство для био-и психофизической коррекции организма человека.</p> <p>Основные лечебные и профилактические позы (асаны).</p> <p>Основные элементы индийского танца, применяемые в ЛРП.</p> <p>Понятие “мудры”, и “хасты”. Связь “чакры – хасты”.</p> <p>Возможности их применения в лечебных, профилактических и психорегуляционных целях.</p> <p>ЛРП, как средство психорегуляции</p>	2
8	<p>Лекция №29.</p> <p>Авторские оздоровительные системы начала XX века. (М. Норбекова и др.)</p>	2
8	<p>Лекция №30.</p> <p>АПП как новое направление массовой оздоровительной физической культуры.</p> <p>Принципы АПП (иерархии, непрерывности и самосовершенствования).</p> <p>Основы знаний АПП, элементы АПП, комплекс АПП: разминка, фронтальное перемещение, боковое перемещение, круговое перемещение, свободное перемещение, суставной массаж и упражнения на растягивание, танцевальные шаги, бег.</p> <p>Использование АПП в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности (применительно к конкретной нозологии).</p>	2

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	<p>Занятие семинарского типа № 1.</p> <p>Рассмотреть значение технологии физкультурно-спортивной деятельности в профессиональной подготовке специалиста по адаптивной физической культуре.</p> <p>Рассмотреть место, цель, задачи курса.</p> <p>Рассмотреть предмет исследования технологий физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>Рассмотреть средства, методы, и методические приемы.</p>	2
1	<p>Занятие семинарского типа № 2</p> <p>Рассмотреть классификацию технологий в зависимости от нозологических признаков (лица с нарушениями сенсорных систем, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, речи, сенсорных систем, психики).</p> <p>Рассмотреть классификацию технологий в зависимости от применяемых средств.</p> <p>Рассмотреть особенности использования технологий физкультурно-спортивной деятельности в зависимости от нозологии.</p>	2
2	<p>Занятие семинарского типа № 3</p> <p>Рассмотреть понятие оздоровительной аэробики.</p> <p>Рассмотреть понятие “здоровье”, соматическое, физическое, психическое, нравственное и сексуальное здоровье, предболезнь, болезнь, сущность здоровья, показатели здоровья.</p> <p>Задачи на занятие:</p> <p>Рассмотреть характеристику влияния занятий аэробикой на организм человека.</p> <p>Рассмотреть лечебно-реабилитационное и адаптивное направления аэробики. Практические занятия в зале.</p>	2
	<p>Занятие семинарского типа № 4</p> <p>Рассмотреть понятие оздоровительной аэробики.</p> <p>Рассмотреть понятие “здоровье”, соматическое, физическое, психическое, нравственное и сексуальное здоровье, предболезнь, болезнь, сущность здоровья, показатели здоровья.</p> <p>Задачи на занятие:</p> <p>Рассмотреть характеристику влияния занятий аэробикой на организм человека.</p> <p>Рассмотреть лечебно-реабилитационное и адаптивное направления аэробики. Практические занятия в зале.</p>	2
2	<p>Занятие семинарского типа № 5</p> <p>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.</p> <p>Рассмотреть классификации аэробики. Оздоровительная аэробика: 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</p>	2
2	<p>Занятие семинарского типа № 6</p> <p>Рассмотреть значение музыкального сопровождения в аэробике.</p> <p>Рассмотреть структуру занятий оздоровительной аэробики. Содержание занятий оздоровительной аэробики.</p> <p>Рассмотреть средства аэробики. Термины, используемые в аэробике.</p> <p>Рассмотреть методики конструирования программ и проведение уроков</p>	2

	<p>аэробики. Понятие об интенсивности, объеме и величине нагрузки при выполнении аэробных упражнений. Управление нагрузкой.</p> <p>Рассмотреть методику проведения занятий аэробикой.</p> <p>Рассмотреть методику построения комплекса оздоровительной аэробики для развития основных физических способностей человека.</p>	
2	<p>Занятие семинарского типа № 7</p> <p>Рассмотреть особенности методики проведения занятий с дошкольниками, со школьниками, со студентами и пожилыми людьми. Продолжительность урока в зависимости от возраста.</p> <p>Рассмотреть направленность занятий оздоровительной аэробикой в зависимости от поставленных задач</p>	2*
2	<p>Занятие семинарского типа № 8</p> <p>Рассмотреть понятие сбалансированного питания, правила рационального питания. Жиры, белки и углеводы. Витамины и микроэлементы. Расход энергии при занятиях различными видами физических упражнений. Режим питания.</p> <p>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).</p> <p>Рассмотреть теорию адекватного питания и трофологии.</p>	2
2	<p>Занятие семинарского типа № 9</p> <p>Рассмотреть особенности методики построения комплекса для лиц, имеющих нарушения слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, психики (особенности подбора средств, методов, методических приёмов).</p> <p>Рассмотреть психолого-педагогические основы проведения занятий с лицами, имеющими ограниченные возможности.</p> <p>Рассмотреть использование методик оздоровительной аэробики в адаптивном физическом воспитании, адаптивной двигательной рекреации.</p>	2*
2	<p>Занятие семинарского типа № 10</p> <p>Рассмотреть физиологические воздействия фитбола на организм занимающихся. Рассмотреть особенности занятий с использованием фитбол-мяча, показания и противопоказания к занятиям на фитбол-мячах. Подбор мяча.</p> <p>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 нарушения зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, психики.</p> <p>Определить роль фитбол-аэробики в адаптивном физическом воспитании, адаптивной двигательной рекреации.</p>	2
2	<p>Занятие семинарского типа № 11</p> <p>Рассмотреть особенности занятий с использованием степ-платформ. Правила степ-тренировки.</p> <p>Рассмотреть методику обучения базовым шагам с использованием степ-платформы. Рассмотреть особенности методики содержания, организации и проведения занятий степ-аэробикой с учетом нозологии.</p> <p>Определить роль степ-аэробики в адаптивном физическом воспитании, адаптивной двигательной рекреации.</p> <p>Показ в зале.</p>	2*
2	<p>Занятие семинарского типа № 12</p> <p>Рассмотреть разновидности танцевальной аэробики (фанк-аэробика, афро-аэробика, кардио-фанк, самбаэробика, хип-хоп-аэробика, латин-</p>	2

	<p>аэробика, джаз-аэробика).</p> <p>Задачи на занятие:</p> <p>Определить роль танцевальной аэробики в адаптивной физической культуре (в адаптивном физическом воспитании, адаптивной двигательной рекреации, в креативных (художественно-музыкальных) телесно-ориентированных практиках.</p> <p>Танцы на инвалидных колясках</p>	
2	<p>Занятие семинарского типа № 13</p> <p>Рассмотреть разновидности танцевальной аэробики (фанк-аэробика, афро-аэробика, кардио-фанк, самбаэробика, хип-хоп-аэробика, латин-аэробика, джаз-аэробика).</p> <p>Задачи на занятие:</p> <p>Определить роль танцевальной аэробики в адаптивной физической культуре (в адаптивном физическом воспитании, адаптивной двигательной рекреации, в креативных (художественно-музыкальных) телесно-ориентированных практиках.</p> <p>Танцы на инвалидных колясках</p>	2
2	<p>Занятие семинарского типа № 14</p> <p>Рассмотреть шейпинг - тестирование.</p> <p>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.</p> <p>Задачи на занятие:</p> <p>Рассмотреть особенности организации и содержания шейпинга в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности.</p> <p>Работа в зале.</p>	2
	<p>Занятие семинарского типа № 15</p> <p>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.</p> <p>Задачи на занятие:</p> <p>Рассмотреть особенности организации и содержания шейпинга в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности.</p> <p>Работа в зале.</p>	2
2	<p>Занятие семинарского типа № 16</p> <p>Рассмотреть стрейчинг как самостоятельную систему упражнений.</p> <p>Рассмотреть методы стрейчинга (пассивный статический, активный статический, пассивный динамический, активный динамический, антагонистический, агонистический стретчинг, метод ПНФ (PNF-proprioceptive neuromuscular facilitation).</p> <p>Рассмотреть стретчинг как средство достижения релаксации.</p> <p>Задачи на занятие:</p> <p>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).</p> <p>Рассмотреть понятие гибкость, виды гибкости.</p> <p>Рассмотреть принципы и структуру стретч-занятия.</p> <p>Работа в зале.</p>	2
	<p>Занятие семинарского типа № 17</p> <p>Рассмотреть стрейчинг как самостоятельную систему упражнений.</p> <p>Рассмотреть методы стрейчинга (пассивный статический, активный статический, пассивный динамический, активный динамический,</p>	2

	<p>антагонистический, агонистический стретчинг, метод ПНФ (PNF-proprioceptiveneuromuscularfacilitation).</p> <p>Рассмотреть стретчинг как средство достижения релаксации.</p> <p>Задачи на занятие:</p> <p>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).</p> <p>Рассмотреть понятие гибкость, виды гибкости.</p> <p>Рассмотреть принципы и структуру стретч-занятия.</p> <p>Работа в зале.</p>	
2	<p>Занятие семинарского типа № 18</p> <p>Рассмотреть калланетику как метод коррекции проблемных зон в организме человека. Рассмотреть технологию конструирования программы занятий калланетикой.</p> <p>Задачи на занятие:</p> <p>Рассмотреть методику организации и проведения занятий по системе Каллан Пинкни. Обучить дыханию при выполнении упражнений по системе Каллан Пинкни.</p> <p>Рассмотреть место калланетики в адаптивной физической культуре.</p> <p>Рассмотреть противопоказания к занятиям калланетикой.</p>	2
	<p>Занятие семинарского типа № 19</p> <p>Рассмотреть калланетику как метод коррекции проблемных зон в организме человека. Рассмотреть технологию конструирования программы занятий калланетикой.</p> <p>Задачи на занятие:</p> <p>Рассмотреть методику организации и проведения занятий по системе Каллан Пинкни. Обучить дыханию при выполнении упражнений по системе Каллан Пинкни.</p> <p>Рассмотреть место калланетики в адаптивной физической культуре.</p> <p>Рассмотреть противопоказания к занятиям калланетикой.</p>	2
3	<p>Занятие семинарского типа № 20</p> <p>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.</p> <p>Рассмотреть преимущества водных занятий во время беременности.</p> <p>Задачи на занятие:</p> <p>Рассмотреть особенности гидрореабилитации детей-инвалидов: новорожденных и грудного возраста.</p> <p>Ознакомить с оборудованием и инвентарем при проведении занятий по гидрореабилитации.</p> <p>Рассмотреть критические ситуации и методика их преодоления при обучении плаванию ребёнка-инвалида.</p> <p>Рассмотреть методику преодоления водобоязни.</p> <p>Рассмотреть особенности организации и проведения игр в воде.</p>	2
3	<p>Занятие семинарского типа № 21</p> <p>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.</p> <p>Рассмотреть преимущества водных занятий во время беременности.</p> <p>Задачи на занятие:</p> <p>Рассмотреть особенности гидрореабилитации детей-инвалидов: новорожденных и грудного возраста.</p>	2

	<p>Ознакомить с оборудованием и инвентарем при проведении занятий по гидрореабилитации.</p> <p>Рассмотреть критические ситуации и методика их преодоления при обучении плаванию ребёнка-инвалида.</p> <p>Рассмотреть методику преодоления водобоязни.</p> <p>Рассмотреть особенности организации и проведения игр в воде.</p>	
4	<p>Занятие семинарского типа № 22</p> <p>Рассмотреть виды игр для детей и взрослых, педагогические группировки и классификации.</p> <p>Рассмотреть характерные особенности игровой деятельности, игрового метода и подвижных игр.</p>	2
4	<p>Занятие семинарского типа № 23</p> <p>Рассмотреть виды игр для детей и взрослых, педагогические группировки и классификации.</p> <p>Рассмотреть характерные особенности игровой деятельности, игрового метода и подвижных игр.</p>	2
4	<p>Занятие семинарского типа № 24</p> <p>Рассмотреть нормирование нагрузки в процессе игровой деятельности.</p> <p>Рассмотреть роль педагогического контроля.</p> <p>Рассмотреть основные педагогические требования к проведению игры.</p> <p>Рассмотреть особенности в подготовке, организации и руководстве игрой, используемой в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности.</p> <p>Рассмотреть игры, направленные на установление психологического контакта.</p>	2
4	<p>Занятие семинарского типа № 25</p> <p>Рассмотреть методику и организацию игр с детьми глухими и слабослышащими.</p> <p>Рассмотреть методику и организацию подвижных игр и речитативно – игровых композиций для детей с нарушением речи.</p> <p>Рассмотреть подвижные игры для детей с поражением опорно-двигательного аппарата (церебральным, спинальным, ампутационным) и с врожденными пороками развития конечностей. Баскетбол на колясках.</p> <p>Рассмотреть методику и организацию подвижных игр с лицами, имеющими нарушения интеллекта.</p> <p>Проигрывание игр.</p>	2*
5	<p>Занятие семинарского типа № 26</p> <p>Рассмотреть правила игры в мини-футбол. Отличие мини-футбола от футбола. Рассмотреть методику обучения техническим и тактическим приемам.</p> <p>Рассмотреть особенности использования игры мини-футбол в работе с детьми, имеющими нарушения интеллекта. Игра в мини-футбол.</p>	2
	<p>Занятие семинарского типа № 27</p> <p>Питербаскет - новая модификация баскетбола.</p> <p>Правила игры. Игровое поле (разметка). Инвентарь для игры в питербаскет. Основные положения игры. Состав команд.</p> <p>Рассмотреть использование адаптированного варианта – Питербаскет – валид – в спортивном движении людей с ограниченными физическими возможностями.</p> <p>Обучить игре в питербаскет.</p>	
6	<p>Занятие семинарского типа № 28</p> <p>Рассмотреть профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности с использованием спецоборудования инвентаря</p> <p>Рассмотреть профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности, моделирующие ограничения движений.</p>	2

	Рассмотреть профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности, проводимые совместно со спортсменами-инвалидами.	
6	<p>Занятие семинарского типа № 29</p> <p>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 боччиа (для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата) и др.</p>	2*
6	<p>Занятие семинарского типа № 30</p> <p>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).</p> <p>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).</p>	2
6	<p>Занятие семинарского типа № 31</p> <p>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 паралимпийского, сурдлимпийского и Специального Олимпийского движений (в зависимости от особенностей постановки адаптивного спорта в конкретном регионе).</p>	2*
6	<p>Занятие семинарского типа № 32</p> <p>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).</p> <p>Рассмотреть техническую, физическую, тактическую, теоретическую и психологическую подготовку студентов в видах адаптивного спорта разработанных специально для спортсменов-инвалидов: в радиальном баскетболе (питербаскете)</p>	2
7	<p>Занятие семинарского типа № 33</p> <p>Рассмотреть роль природных факторов в восстановлении нарушенных процессов в организме человека.</p> <p>Рассмотреть методику организации туристических походов с лицами, имеющими поражения опорно-двигательного аппарата.</p> <p>Задачи на занятие:</p> <p>Рассмотреть особенности организации реабилитационного туризма.</p> <p>Рассмотреть противопоказания для участия в туристических мероприятиях.</p> <p>Рассмотреть роль спортивных походов при заболеваниях органов слуха и речи; органов зрения; нервной системы; психики</p>	2*
7	<p>Занятие семинарского типа № 34</p> <p>Гигиена, профилактика, техника безопасности в туризме для пожилых людей и инвалидов.</p> <p>Тактика передвижения группы с ограниченными возможностями на спортивном маршруте.</p> <p>Противопоказания для участия в туристских мероприятиях.</p>	
8	Занятие семинарского типа № 35	2*

	<p>Рассмотреть структуру комплекса психогимнастики. Содержание курса психогимнастики (20 занятий).</p> <p>Рассмотреть основные понятия, связанные с переживаниями основных эмоций. Представления, оценивающие личностные качества человека.</p> <p>Обучить Психогимнастическим упражнениям. Музыкальное оформление занятий. Рассмотреть организацию и методику проведения тренингов по психогимнастики с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов.</p> <p>Провести занятие по психогимнастики. Написать конспекта урока.</p>	
8	<p>Занятие семинарского типа № 36</p> <p>Рассмотреть отличия системы целостного движения от других телесно-ориентированных. Рассмотреть правильное и неправильное движения.</p> <p>Рассмотреть признаки нарушения принципов правильного телесного движения.</p> <p>Рассмотреть причины патодинамики. Что такое целостное движение. Диагностика в системе целостного движения. Целостное движение и заболевания человека.</p> <p>Рассмотреть роль целостного движения в профилактике негативных воздействий эмоциональных и физических нагрузок.</p> <p>Рассмотреть роль системы целостного движения в профилактике и лечении болезней опорно-двигательного аппарата (комплексы упражнений). Волновая структура мира. Телесная волна.</p> <p>Провести фрагмент занятия.</p>	2
8	<p>Занятие семинарского типа № 37</p> <p>Рассмотреть понятия “пластика”, “пластичность”.</p> <p>Рассмотреть понятие двигательная пластика педагога.</p> <p>Рассмотреть двигательную пластику как метабиомеханическое качество двигательного действия.</p> <p>Рассмотреть психологические и биомеханические основы пластичного двигательного действия.</p> <p>Задачи на занятие:</p> <p>Рассмотреть методику и технику двигательно-пластической подготовки: “пантомимические шаги”, “классические шаги”, позиции рук в классической хореографии, система упражнений с волновой техникой.</p> <p>Рассмотреть пантомимические техники.</p> <p>Рассмотреть применение двигательной пластики в адаптивном физическом воспитании и адаптивной двигательной рекреации.</p> <p>Провести фрагмент занятия.</p>	2
8	<p>Занятие семинарского типа № 38</p> <p>Рассмотреть танцевально-экспрессивный тренинг как телесно-ориентированную практику. Рассмотреть существующие теории танца (биологические, психологические, социокультурные).</p> <p>Рассмотреть положения, цели и задачи танцевально-экспрессивного тренинга и его отличия от других теорий танца.</p> <p>Рассмотреть виды танца в истории человечества.</p> <p>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”.</p> <p>Рассмотреть программу танцевально-экспрессивного тренинга.</p> <p>Рассмотреть танцевальную игру как одна из частей танцевальной терапии.</p> <p>Рассмотреть танцы на колясках для людей с нарушением опорно-двигательного аппарата.</p>	2*
8	<p>Занятие семинарского типа № 39</p>	2

	<p>Рассмотреть сущность хатха-йоги.</p> <p>Рассмотреть методы физической культуры йогов, правила при занятиях хатха йоги, расслабление, дыхание и прана.</p> <p>Рассмотреть упражнения для формирования воображения.</p> <p>Рассмотреть пять видов жизненной энергии.</p> <p>Задачи на занятие:</p> <p>Рассмотреть гимнастические упражнения системы хатха-йоги.</p> <p>Рассмотреть гармонизирующие комплексы хатха – йоги для детей и взрослых. Асаны. Рассмотреть терапевтические эффекты асан.</p> <p>Провести фрагмент занятия.</p>	
	<p>Занятие семинарского типа № 40</p> <p>Рассмотреть программу “Бодифлекс”.</p> <p>Провести фрагмент занятия.</p>	2
8	<p>Занятие семинарского типа № 41</p> <p>Разбор и поиск зон соответствия.</p> <p>Рассмотреть теорию восьми осей отражения. Разбор клинических примеров.</p> <p>Обучить методике нахождения точек.</p> <p>Рассмотреть способы воздействия на точки и зоны соответствия.</p> <p>Рассмотреть методика воздействия: ручное, семянотерапия, увеличение, физические упражнения.</p> <p>Показ методики. Провести фрагмент занятия.</p>	2*
8	<p>Занятие семинарского типа № 42</p> <p>Рассмотреть методы регуляции психических состояний; гетерогенные методы воздействия (извне, кем-то); аутогенные методы (методы саморегуляции).</p> <p>Рассмотреть ментальный тренинг как метод психической тренировки.</p> <p>Рассмотреть роль ментальный тренинг в теории спорта. Рассмотреть планирование ментальной тренировки. Рассмотреть особенности составления программы ментального тренинга и постановка цели.</p> <p>Рассмотреть программу самостоятельного психотренинга по методике проф.Ларса-Эрика Унестала.</p> <p>Рассмотреть основы базисного психотренинга; саморазвитие личностных качеств; спортивный психотренинг; психотренинг при подготовке к соревнованию.</p> <p>Рассмотреть области применения ментального тренинга в АФК.</p> <p>Провести фрагмент занятия.</p>	2*
8	<p>Занятие семинарского типа № 43</p> <p>Рассмотреть АПГ как новое направление массовой оздоровительной физической культуры.</p> <p>Рассмотреть принципы АПГ (иерархии, непрерывности и самосовершенствования).</p> <p>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.</p> <p>Задачи на занятие:</p> <p>Рассмотреть использование АПГ в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности (применительно к конкретной нозологии).</p> <p>Провести фрагмент занятия.</p>	2
8	<p>Занятие семинарского типа № 44</p> <p>Динамические – физические движения всех частей тела и статические – медитационно – дыхательные упражнения.</p> <p>Даосские целительные звуки в работе с лицами, имеющими нарушения слуха и речи. Комплекс основных упражнений оздоровительного цигуна.</p> <p>Самомассаж в системе цигун.</p> <p>Задачи на занятие:</p>	2

	Провести фрагмент занятия.	
8	<p>Занятие семинарского типа № 45</p> <p>Рассмотреть дыхательные гимнастики, используемые в АФК.</p> <p>Рассмотреть методику обучения рациональному дыханию.</p> <p>Обучить трехфазному дыханию.</p> <p>Обучить методике рыдающего дыхания. Рассмотреть практическое использования рыдающего дыхания.</p> <p>Рассмотреть дыхательную гимнастику А.Н. Стрельниковой.</p> <p>Рассмотреть основной комплекс парадоксальной дыхательной гимнастики.</p> <p>Рассмотреть методику обучения стрельниковской дыхательной гимнастике.</p> <p>Рассмотреть клинические примеры использования парадоксальной гимнастики.</p> <p>Провести фрагмент занятия.</p>	2
8	<p>Занятие семинарского типа № 46</p> <p>Рассмотреть коррекцию близорукости (миопии) по методикам Бейтса, М.Корбет.</p> <p>Обучить методике выполнения упражнения “пальминг”.</p> <p>Обучить методике выполнения программы “соляризация”.</p> <p>Рассмотреть гимнастику для глаз Э.С.Аветисова.</p> <p>Рассмотреть роль хатха-йога для глаз.</p> <p>Обучить специальным релаксационным упражнениям по методике Г.Г.Демирчоглына. Обучить гимнастическим упражнениям для глаз по Е.Е.Сомову.</p> <p>Рассмотреть “Волшебные” игры для глаз по методике И.Смирнова и С.Фатеева.</p> <p>Провести фрагмент занятия. Написать конспект.</p>	2
8	<p>Занятие семинарского типа № 47</p> <p>Рассмотреть классификацию клинических форм травматического повреждения спинного мозга.</p> <p>Рассмотреть методику организации процесса самореабилитации в домашних условиях по Ю.Г.Михайловой.</p> <p>Рассмотреть классификацию и характеристику двигательных режимов: щадящий; тонизирующий; восстановительный; тренирующий. Рассмотреть задачи режимов. Рассмотреть компоненты методики: Дыхательная гимнастика; лечение положением; пассивные и рефлексорные 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.</p>	2
8	<p>Занятие семинарского типа № 48</p> <p>Рассмотреть понятие формы и ритма в природе.</p> <p>Рассмотреть структуру занятия по методу формокоррекционной ритмопластики.</p> <p>Рассмотреть цель и задачи метода.</p> <p>Рассмотреть составляющие компоненты метода (медитативная гимнастика и лепка). Рассмотреть основные аспекты авторского метода: энергетический; экстерезоризации; самоутверждения; самосовершенствования. Задачи на занятие:</p> <p>Рассмотреть использование формокоррекционной ритмопластики в АФК.</p> <p>Провести фрагмент занятия</p>	2
8	<p>Занятие семинарского типа № 49</p> <p>Рассмотреть технология реализации метода формокоррекционной ритмопластики.</p> <p>Рассмотреть структуру программы “Отражение”. Рассмотреть</p>	2

	особенности планирования занятий. Задачи на занятие: Рассмотреть использование программы “Отражение” в АФК. Провести фрагмент занятия	
8	Занятие семинарского типа № 50 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 анималотерапии (иппотерапия, канистерапия, дельфинотерапия, филинотерапия) и возможности их применения с различными нозологическими группами в адаптивной физической культуре.	2
8	Занятие семинарского типа № 51 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

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

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. 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 №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,	2

	<p>гидроцефалии, диабете, сколиозе, ЗПР, ожирении, алкогольной зависимости и наркомании.</p> <p>Преимущества водных занятий во время беременности.</p> <p>Гидрореабилитация детей-инвалидов: новорожденных и грудного возраста.</p> <p>Оборудование и инвентарь при проведении занятий по гидрореабилитации.</p> <p>Критические ситуации и методика их преодоления при обучении плаванию ребёнка-инвалида.</p> <p>Методика преодоления водобоязни.</p> <p>Особенности организации и проведения игр в воде.</p>	
4	<p>Лекция №4.</p> <p>Основные концепции игры.</p> <p>Биологические, психологические и педагогические аспекты игры.</p> <p>Виды игр для детей и взрослых, педагогические группировки и классификации.</p> <p>Характерные особенности игровой деятельности, игрового метода и подвижных игр.</p> <p>Постановке цели и определению задач, решаемых в процессе игры.</p> <p>Нормирование нагрузки в процессе игровой деятельности.</p> <p>Роль педагогического контроля.</p> <p>Основные педагогические требования к проведению игры.</p> <p>Особенности в подготовке, организации и руководстве игрой, используемой в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности.</p> <p>Игры, направленные на установление психологического контакта.</p>	2
6	<p>Лекция №5.</p> <p>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.</p> <p>Классификация профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности в зависимости от способов включения студентов в занятия тем или иным видом адаптивного спорта:</p> <p>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.</p> <p>Систематизация профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности в рамках основных направлений адаптивного спорта: паралимпийском, сурдлимпийском, Специальном Олимпийском.</p> <p>Профессионально-ориентированные виды спортивной деятельности в программе Всероссийских Универсиад для студентов, обучающихся по специальности адаптивная физическая культура.</p>	2
7	<p>Лекция № 6</p> <p>Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>Организация туристских походов с учетом нозологии.</p> <p>Детский церебральный паралич и туризм.</p>	2

	Противопоказания для участия в туристских мероприятиях.	
8	<p>Лекция №7</p> <p>Понятие формы и ритма в природе. Структура занятия по методу формокоррекционной ритмопластики. Цель и задачи метода. Составляющие компоненты метода (медитативная гимнастика и лепка).</p> <p>Основные аспекты авторского метода: энергетический; экстерезоризации; самоутверждения; самосовершенствования.</p> <p>Технология реализации метода.</p> <p>Структура программы “Отражение”. Планирование занятий.</p> <p>Использование формокоррекционной ритмопластики в АФК</p>	2
8	<p>Лекция №8</p> <p>Содержание ЛРП. Цели и задачи.</p> <p>Биоэнергетическая система человека. ПФУ как средство для био-и психофизической коррекции организма человека.</p> <p>Основные лечебные и профилактические позы (асаны).</p> <p>Основные элементы индийского танца, применяемые в ЛРП.</p> <p>Понятие “мудры”, и “хасты”. Связь “чакры – хасты”.</p> <p>Возможности их применения в лечебных, профилактических и психорегуляционных целях.</p> <p>ЛРП, как средство психорегуляции.</p>	
8	<p>Лекция №9.</p> <p>Иппотерапия как метод реабилитации и социальной адаптации.</p> <p>Показания и противопоказания к использованию лечебной верховой езды. Применение иппотерапии для детей с диагнозами детский церебральный паралич (ДЦП) и аутизм.</p> <p>Методика организации и проведения занятий по лечебной верховой езде. Особенности организации соревнований по выездке среди инвалидов.</p> <p>Программа Паралимпийского конного спорта.</p>	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	<p>Занятие семинарского типа №1. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в профессиональной подготовке специалиста по адаптивной физической культуре.</p> <p>Место курса, цель курса, задачи.</p> <p>Технологии физкультурно-спортивной деятельности- как интегрированная дисциплина. Возникновение и развитие дисциплины.</p> <p>Предмет исследования технологий физкультурно-спортивной деятельности. Средства, методы, и методические приемы. Основные разделы дисциплины.</p>	2
1	<p>Занятие семинарского типа №2. Классификация технологий в зависимости от нозологических признаков (лица с нарушениями сенсорных систем, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, речи, сенсорных систем, психики).</p> <p>Особенности использования технологий физкультурно-спортивной деятельности в зависимости от нозологии.</p> <p>Классификация технологий в зависимости от применяемых средств.</p>	2
2	<p>Занятие семинарского типа №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)</p> <p>Особенности применения оздоровительных видов гимнастики (лечебная гимнастика, ритмическая гимнастика: классическая аэробика, танцевальная, аэробика с использованием предметов и приспособлений,</p>	2

	стрейчинг, калланетика, шейпинг, восточные оздоровительные системы гимнастики; атлетическая гимнастика) в адаптивной физической культуре.	
3	<p>Занятие семинарского типа №4.</p> <p>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.</p> <p>Рассмотреть преимущества водных занятий во время беременности.</p>	2
4	<p>Занятие семинарского типа №5.</p> <p>Рассмотреть виды игр для детей и взрослых, педагогические группировки и классификации.</p> <p>Рассмотреть характерные особенности игровой деятельности, игрового метода и подвижных игр.</p> <p>Рассмотреть нормирование нагрузки в процессе игровой деятельности.</p> <p>Рассмотреть роль педагогического контроля.</p> <p>Рассмотреть основные педагогические требования к проведению игры.</p> <p>Рассмотреть особенности в подготовке, организации и руководстве игрой, используемой в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности.</p> <p>Рассмотреть игры, направленные на установление психологического контакта.</p>	2
5	<p>Занятие семинарского типа №6.</p> <p>Питербаскет - новая модификация баскетбола.</p> <p>Правила игры. Игровое поле (разметка). Инвентарь для игры в питербаскет. Основные положения игры. Состав команд.</p>	2
6	<p>Занятие семинарского типа №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.</p>	2
7	<p>Занятие семинарского типа №8 Туризм в адаптивной физической культуре.</p>	2
8	<p>Занятие семинарского типа №9.</p> <p>Динамические – физические движения всех частей тела и статические – медитационно – дыхательные упражнения.</p> <p>Даосские целительные звуки в работе с лицами, имеющими нарушения слуха и речи. Комплекс основных упражнений оздоровительного цигуна.</p> <p>Самоmassage в системе цигун.</p>	2
8	<p>Занятие семинарского типа №10.</p> <p>Рассмотреть АПГ как новое направление массовой оздоровительной физической культуры.</p> <p>Рассмотреть принципы АПГ (иерархии, непрерывности и самосовершенствования).</p> <p>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.</p> <p>Задачи на занятие:</p> <p>Рассмотреть использование АПГ в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности (применительно к конкретной нозологии).</p> <p>Провести фрагмент занятия.</p>	2
8	<p>Занятие семинарского типа №11.</p> <p>Рассмотреть технологию реализации метода формокоррекционной ритмопластики.</p> <p>Рассмотреть структуру программы “Отражение”. Рассмотреть особенности планирования занятий.</p>	2

	<p>Задачи на занятие: Рассмотреть использование программы “Отражение” в АФК. Провести фрагмент занятия</p>	
8	<p>Занятие семинарского типа № 12. 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.</p>	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины (модуля):

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, 2020. — 285 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08305-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453727>
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, 2020. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453592>
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, 2020. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453942>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание : учебное пособие для академического бакалавриата : для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / 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. 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.
3. 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.
4. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С.П. Евсеев. – Москва : Спорт, 2016. – 616 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454238>
5. 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.
6. 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.
7. 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.

8. 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.
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: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367>
10. 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\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link is external))
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link is external))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](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 АБВУУ 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. АБВУУ 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-ba005urA8-7410/6G/1T/AMDR5-1шт.

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.

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 “ХIПаралимпийские 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 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 неолимпийских видов спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

**ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
(ТУРИЗМ)**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

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

Направленность (профиль):

Адаптивный спорт

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
Адаптивный спорт

 Аксенов А.В.

Рассмотрена и утверждена на заседании
кафедры

«18» 06 2019 г., протокол № 13

Зав. кафедрой  Никитин А.А.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» июня 2019 г., протокол № 14

Авторы-разработчики:

Ст. преподаватель В. И. Голиков

Санкт-Петербург 2019

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	
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.	<p>УК – 7.1.</p> <p>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</p>	<p>Знает:</p> <p>- 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</p>

	<p>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</p> <p>УК – 7.2</p> <p>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.</p> <p>УК-7.3.</p> <p>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</p>	<p>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</p> <p>Умеет:</p> <p>- 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.</p>
--	--	---

	<p>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.</p>	<p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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								
			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		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		32			32							
В том числе: контрольная работа		3			3							
Общая трудоемкость	часы	42			42							
	зачетные единицы	3			3							

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	1.1 Основные положения закона о туристской деятельности. 1.2. Организационные	Знает: 1. законодательные акты, регламентирующие деятельность в сфере туризма, научно-методические основы развития туризма, как части

	туризма.	основы развития туризма. 1.3. Типы, виды, формы туризма.	физической культуры и спорта, необходимые для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Умеет: 1. оценивать типы виды и формы туризма с точки зрения достижения должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Имеет опыт: 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.	Знает: 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. Умеет: 1. применять знание техники спортивного туризма в своей социальной и профессиональной деятельности. Имеет опыт: 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	Знает: 1. климатические, экологические, санитарно-гигиенические особенности географического региона предстоящего туристского похода, необходимые для обеспечения безопасности его проведения и профилактики травматизма. Умеет: 1. планировать и разрабатывать маршруты туристских походов с учетом

		<p>категории сложности.</p> <p>3.4. Материально-техническое обеспечение похода.</p> <p>3.5. Оформление маршрутной книжки.</p> <p>3.6. Определение пути движения в туристском походе по описанию фотографий маршрута.</p>	<p>возраста, пола, физической подготовленности участников, в целях выбора для них адекватных типов, видов туризма, отвечающих их социальной и профессиональной деятельности.</p> <p>Имеет опыт:</p> <p>1. способностью планировать проведение туристских походов с учётом физической подготовленности участников и их профессиональной ориентации.</p>
4.	Учебные туристские походы.	4.1 –4.3. Туристские походы с основами ориентирования на местности.	<p>Знает:</p> <p>1. уровень физической подготовленности, необходимый для освоения технических приёмов, применяемых в туристских походах.</p> <p>Умеет:</p> <p>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.</p> <p>Имеет опыт:</p> <p>1. способностью оценивать эффективность принятых организационно-управленческих и технических решений, влияющих на успешное и безопасное проведение похода при возникновении нестандартных ситуаций в полевых условиях.</p>

4.2 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1.	Программно-нормативные и организационные основы туризма.	2
1.1.	Основные положения закона о туристской деятельности.	0.5
1.2.	Организационные основы развития туризма.	0.5
1.3.	Типы, виды, формы туризма.	1
2.	Основы техники и тактики туристских походов. Обеспечение безопасности в туристских походах.	10
2.1.	Понятие об объективных и субъективных опасностях туристских походов. Организационные и технические меры по обеспечению безопасности в туристских походах.	2
2.2.	Классификация техники спортивного туризма. Понятия и определения.	2
2.3.	Основы топографии и ориентирования на местности. Понятия и	2

	определения.	
2.4.	Решение задач по спортивному ориентированию. Работа с тестами.	2
2.5.	Организация страховки и самостраховки при преодолении естественных препятствий природной среды. Узлы в туризме.	2
3.	Организация и проведение туристских походов.	12
3.1.	Определение пути движения в туристском походе по описанию фотографий маршрута.	2
3.2.	Разработка маршрута похода выходного дня, схема ПВД. Материально-техническое обеспечение похода. Оформление маршрутного листа.	4
3.3.	Разработка маршрута похода 1 категории сложности. Материально-техническое обеспечение похода. Оформление маршрутной книжки.	6
4.	Учебные туристские походы.	18
4.1	Туристский поход с основами ориентирования на местности.	6
4.2	Туристский поход с основами ориентирования на местности.	6
4.3	Туристский поход с основами ориентирования на местности.	6
ИТОГО:		42

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1.	Программно-нормативные и организационные основы туризма.	2
1.1.	Основные положения закона о туристской деятельности.	0,5
1.2.	Организационные основы развития туризма.	0,5
1.3.	Типы, виды, формы туризма.	1
2.	Основы техники и тактики туристских походов. Обеспечение безопасности в туристских походах.	2
2.1.	Основы топографии и ориентирования на местности. Понятия и определения.	0,5
2.2.	Решение задач по спортивному ориентированию. Работа с тестами.	0,5
2.3.	Организация страховки и самостраховки при преодолении естественных препятствий природной среды. Узлы в туризме.	1
3.	Организация и проведение туристских походов.	2
3.1.	Разработка маршрута похода выходного дня, схема ПВД. Материально-техническое обеспечение похода. Оформление маршрутного листа.	1
3.2.	Разработка маршрута похода 1 категории сложности. Материально-техническое обеспечение похода. Оформление маршрутной книжки.	1
4.	ИТОГО:	6

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ,
необходимый для освоения дисциплины (модуля):

ОСНОВНАЯ:

1. Завьялова, Т.П. Методика обучения и воспитания в области дошкольного образования. Туризм в детском саду : учебное пособие для академического бакалавриата : для студентов, обучающихся по гуманитарным направлениям / Т.П. Завьялова;

Тюменский государственный университет. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва :Юрайт, 2018. - 227, [1] с. : ил.

2. Макеева, В.С. Теория и методика физической рекреации : учебное пособие / В.С. Макеева, В.В. Бойко. - Москва : Советский спорт, 2014. - 151 с. : ил.

3. Рекреационный туризм и сервис для лиц с ограниченными возможностями здоровья : учебное пособие / С.Д. Галиуллина, О.С. Коган, И.Д. Тупиев, О.М. Иванова. – Уфа : Уфимский государственный университет экономики и сервиса, 2015. – 67 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=445126>

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, 2020. — 195 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13274-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/465848>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Велединский, В.Г. Спортивно-оздоровительный сервис : учебник для студентов вузов, обучающихся по направлениям подготовки "Туризм", "Сервис", "Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм" (квалификация (степень) "бакалавр") / В.Г. Велединский. - Москва : КноРус, 2021. - 215, [1] с. : ил.

2. Ветитнев, А.М. Лечебный туризм : учебное пособие / А.М. Ветитнев, А.С. Кусков. - Москва : Форум, 2010. - 590 с. : ил.

3. Губа, Д.В. Лечебно-оздоровительный туризм: курорты и сервис : учебник / Д.В. Губа, Ю.С. Воронов. - Москва : Спорт, 2020. - 238, [1] с.

4. Губа, В.П. Лечебно-оздоровительный туризм : учебник / В.П. Губа, Ю.С. Воронов, В.Ю. Карпов. - М. : Физическая культура, 2010. - 117 с.

5. Коган, О.С. Основы оздоровительной верховой езды : курс лекций / О.С. Коган, С.Д. Галиуллина, Н.А. Никитина. – 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>

6. Константинов, Ю.С. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма : учебное пособие / Ю. С. Константинов. - М. : Советский спорт, 2009. - 391 с. : ил.

7. Кравчук Т.А. Теория и методика спортивно-оздоровительного туризма : учебное пособие : [в 2 ч.]. Ч. 1 / Т.А. Кравчук. - Изд. 2-е, перераб. и доп. - Омск : Изд-во СибГУФК, 2009. – 190 с.: ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ

8. Кравчук Т.А. Теория и методика спортивно-оздоровительного туризма : учебное пособие. Ч. 2 / Т.А. Кравчук, И.А. Зданович, В.Н. Агальцов. - Изд. 2-е, перераб. и доп. - Омск : Изд-во СибГУФК, 2009. – 190 с.: ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ

9. Организация и проведение норматива испытаний (тестов) ВФСК ГТО «Туристский поход с проверкой туристских навыков» : учебное пособие / Т.А. Кравчук, И.А. Зданович, Е.В. Гинжун, 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. – 60 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

10. Психология делового общения в туризме и гостеприимстве : учебное пособие / под общ. ред. Е. С. Сахарчук. - Москва : [Федеральное агентство по туризму], 2014. - 189 с. : ил.

11. Рубис, Л.Г. Безопасность в спортивном туризме : 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.

12. Федотов, Ю.Н. Моделирование нагрузочных характеристик в практике спортивно-оздоровительного туризма : учебное пособие : в 2 ч. Ч. 2 / Ю.Н. Федотов, В.К. Шеманаев, Ю.А. Скачков. - СПб. : [б. и.], 2013. – 228 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ

13. Федотов, Ю.Н. Моделирование нагрузочных характеристик в практике спортивно-оздоровительного туризма : учебное пособие: в 2 ч. Ч. 1 / Ю.Н. Федотов, В.К. Шеманаев, Ю.А. Скачков. - СПб. : [б. и.], 2013. – 82 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\(link isexternal\)](http://elibrary.rsl.ru(link isexternal))
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Методический кабинет кафедры теории и методики массовой физкультурно оздоровительной работы (аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации)(1 этаж, нежилое помещение № 6) – Специализированная мебель: Учебный стол-18 шт.; скамья-18 шт., письменный стол-1шт., стул-6шт., Оборудование: доска меловая-1шт., Проектор AcerX138WH-1шт., Экран DINONManual 220x220 MW настенный, Ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система MicrosoftWindows: 8, 10 Pro - №№ лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ MicrosoftOffice:2013, 2016 (MSWord, MSExcel, MSPowerPoint, MSAccess) №№ лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYYFinereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ KasperskyEndpointSecurity – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYYPDFTransformer+ – 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 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):
АДАПТИВНЫЙ СПОРТ

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 Адаптивный спорт

Руководитель ОПОП: Аксёнов А.В.



Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«13» 06 2019 г., протокол № 10

Зав. кафедрой  Мельников Д.С.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» 06 2019 г., протокол № 14

Авторы-разработчики:
Ст.преподаватель: Кудрявцева Н.В.

Санкт-Петербург 2019

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: (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, чувствительные 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;
ОПК-7. Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в	ОПК-7.1. Знает: виды физических качеств и факторы, их определяющие	Знает: виды физических качеств и факторы, их определяющие

<p>состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций</p>	<p>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</p>	<p>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</p>
<p>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</p>	<p>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 возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ</p>	<p>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</p>

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 (экзамен)	54			27	27				

Самостоятельная работа студента	54			27	27				
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	108									
В том числе:										
Занятия лекционного типа	12			6	6					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	16			8	8					
Промежуточная аттестация (экзамен)	18			9	9					
Самостоятельная работа студента	170			85	85					
Выполнение контрольной работы	9			9						
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;
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.	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;
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.	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; 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; Энергетика мышечного сокращения;	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

		КПД мышечного сокращения.	
5	<p>Общие свойства сенсорных систем.</p> <p>Зрительная сенсорная система.</p> <p>Слуховая вестибулярная и двигательная сенсорные системы.</p> <p>Значение сенсорных систем в спорте.</p>	<p>Общие свойства и значение сенсорных систем;</p> <p>Физиологическая организация зрительной сенсорной системы;</p> <p>Преломление света (рефракция и аккомодация);</p> <p>Слуховая и вестибулярная сенсорные системы;</p> <p>Функции наружного, среднего и внутреннего уха;</p> <p>Барофункция уха. Бинауральный слух;</p> <p>Функция вестибулярной сенсорной системы;</p> <p>Функциональная устойчивость вестибулярной системы и методики её исследования;</p> <p>Двигательная сенсорная система.</p> <p>Значение сенсорных систем в спорте:</p> <p>Общая функциональная организация двигательной сенсорной системы;</p> <p>Разновидности и функции проприорецепторов;</p> <p>Взаимодействие сенсорных систем.</p> <p>Кинестетическая чувствительность;</p> <p>Значение сенсорных систем в спорте.</p>	<p>Знает:</p> <p>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;</p> <p>Умеет:</p> <p>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;</p> <p>Имеет опыт:</p> <p>составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ</p>
6.	<p>Кровь как внутренняя среда организма.</p> <p>Эритроциты.</p> <p>Лейкоциты.</p> <p>Тромбоциты. Плазма крови.</p>	<p>Кровь как внутренняя среда организма.</p> <p>Эритроциты:</p> <p>Кровь как внутренняя среда организма, её состав (гематокрит);</p> <p>Объём и функции крови;</p> <p>Эритроциты, их количество, функции, изменения при мышечной деятельности в условиях высокогорья;</p> <p>Группы крови.</p> <p>Лейкоциты. Тромбоциты. Плазма крови:</p> <p>Лейкоциты, их количество, разновидность и функции;</p> <p>Изменение лейкоцитов при мышечной деятельности;</p> <p>Тромбоциты, их количество и роль в свёртывании крови;</p> <p>Плазма крови, её состав;</p> <p>Физико-химические свойства плазмы и их изменения при мышечной деятельности;</p> <p>Регуляция системы крови;</p> <p>Лимфа и лимфообразование.</p>	<p>Знает:</p> <p>- методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;</p> <p>Умеет:</p> <p>использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма</p> <p>Имеет опыт:</p> <p>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;</p>

7.	<p>Физиология сердца. Физиологические закономерности кровообращения. физиология кровотока. регуляция кровообращения.</p>	<p>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; 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 гипертензия. Мышечный насос.</p>	<p>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</p>
8.	<p>Процессы дыхания в организме. регуляция дыхания.</p>	<p>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</p>	<p>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</p>

			<p>влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом;</p> <p>Имеет опыт:</p> <p>составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ</p>
9.	Пищеварение, обмен веществ и энергии.	<p>Пищеварение, обмен веществ и энергии:</p> <p>Общая характеристика процессов пищеварения, значение работ И. П. Павлова;</p> <p>Пищеварение в ротовой полости, желудке и кишечнике; Обмен белков, жиров и углеводов;</p> <p>Энергообмен при мышечной работе. Прямая и непрямая калориметрия;</p> <p>Органы выделения, функции почек;</p> <p>Мочеобразование, его механизмы;</p> <p>Функции потовых желез;</p> <p>Изменение мочеобразования и потовыделения при мышечной работе.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> 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.	<p>Общая характеристика выделительных процессов;</p> <p>Основные функции почек и методы их исследования;</p> <p>Особенности кровообращения в почках;</p> <p>Процесс мочеобразования: гломерулярная фильтрация и канальцевая реабсорбция;</p> <p>Регуляция мочеобразования;</p> <p>Состав мочи;</p> <p>Мочевыведение и мочеиспускание;</p> <p>Выделительная функция потовых желез;</p> <p>Влияние мышечной деятельности на функции выделения.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> 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; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> 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

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. -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. -Функции коры больших полушарий.	2
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.	2
Тема 4	-Лекция-5 -Мембранные потенциалы покоя. -Потенциалы действия. Электромиограмма. -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.	2
Тема 4	Лекция -6-Морфофункциональные проявления мышечной силы. -Режимы работы мышцы. -Энергетика мышечного сокращения. -КПД мышечного сокращения.	2
Тема 5.	Лекция-7 -Общие свойства и значение сенсорных систем. -Физиологическая организация зрительной сенсорной системы. -Преломление света (рефракция и аккомодация). -Фоторецепция (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. -Общая функциональная организация двигательной сенсорной системы. -Разновидности и функции проприорецепторов.	2

	-Взаимодействие сенсорных систем. Кинестетическая чувствительность. -Значение сенсорных систем в спорте.	
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.- - 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 позно-тонических реакций. - Роль различных отделов ЦНС в регуляции движений. - Функции коры больших полушарий	2
Тема 3	*Практическое занятие-3 -Определение функционального состояния ЦНС по устойчивости реакции и уровню функциональных возможностей.	2
Тема 3	*Практическое занятие -4- Определение концентрации и устойчивости внимания.	2
Тема 3	*Практическое занятие -5 -Изучение кратковременной памяти,тестирование оперативной памяти.Выявление преобладающего типа памяти.	2
Тема 3	Практическое занятие -6- Текущий контроль. -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. - Режимы работы мышцы. - Энергетика мышечного сокращения. - КПД мышечного сокращения.	2
Тема	Практическое занятие-10- Мембранные потенциалы покоя.	2

4	<ul style="list-style-type: none"> - Потенциалы действия. Электромиограмма. - 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. 	
Тема 5	<ul style="list-style-type: none"> * 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	<ul style="list-style-type: none"> * Практическое занятие -12 - 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. 	2
Тема 5	<ul style="list-style-type: none"> * Практическое занятие -13 - Функциональная организация двигательной сенсорной системы. - Взаимодействие сенсорных систем. - Кинестетическая чувствительность 	2
Тема 5	<ul style="list-style-type: none"> Практическое занятие-14- Общие свойства и значение сенсорных систем. - Физиологическая организация зрительной сенсорной системы. - 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 	2
Тема 6	<ul style="list-style-type: none"> * 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	<p>Практическое занятие-16- Кровь как внутренняя среда организма, её состав (гематокрит).</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.	

4 семестр

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
Тема 7	<p>Лекция -1-Свойства сердечной мышцы.</p> <ul style="list-style-type: none"> -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	<p>Лекция-2 -Частота сердечных сокращений в покое и при мышечной работе у лиц различного возраста и пола. Методики измерения ЧСС.</p> <ul style="list-style-type: none"> -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	<p>Лекция -3-Нервная и гуморальная регуляция деятельности сердца.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Нервная и -гуморальная регуляция просвета сосудов. -Перераспределение кровотока при мышечной работе. -Особенности регуляции кровообращения в скелетных мышцах при статической и динамической работе. Рабочая гипертензия. Мышечный насос. 	2
Тема 8	<p>Лекция-4 -Внешнее дыхание, его механизмы и основные показатели.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Обмен газов в лёгких и тканях. -Перенос газов кровью. 	2
Тема 8	<p>Лекция -5- Нервная и гуморальная регуляция дыхания.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Изменение дыхания при мышечной работе. -Потребление кислорода, кислородный запрос, кислородный долг, МПК. 	2
Тема 9	<p>Лекция -6- Общая характеристика процессов пищеварения, значение работ И. П. Павлова.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Пищеварение в ротовой полости, желудке и кишечнике. 	2

	-Обмен белков, жиров и углеводов. -Энергообмен при мышечной работе. Прямая и непрямая калориметрия.	
Тема 10	Лекция -7- Органы выделения, функции почек. -Мочеобразование, его механизм. -Функции 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 у лиц 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 крови при 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 - 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	2

	<p>состояния.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 	
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 Генче	2
Тема 8	Практическое занятие- 10 - 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– Общая характеристика процессов пищеварения,значение работ И.П.Павлова.Пищеварение в ротовой полости,желудке и кишечнике.Значение процессов пищеварения в ротовой полости.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 –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	2

	, выводимые почкой. Процессы, совершающиеся в петле Генле. Антидиуретический гормон, место его образования и механизм действия на мочеобразование. Физиологическое значение режима и механизма его действия. Отдел спинного мозга, в котором расположен рефлекторный центр мочеиспускания.	
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 -Значение для организма постоянства температуры тела. -Температурная карта тела. -Механизмы образования тепла в организме. -Химическая и физическая терморегуляция. -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.	2
Тема 12	Практическое занятие -16- Железы внутренней и внешней секреции. Понятие о гормонах и нейrogормонах. - 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.	2

ЗАОЧНОЕ ОБУЧЕНИЕ
3 семестр
ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция № 1 - Предмет физиологии. Основные функции и методы исследования ЦН С Значение процессов торможения в нервной деятельности. Координация деятельности ЦНС. Регуляция произвольных движений Высшая нервная деятельность.	2
2	Лекция № 2 – Физиология возбуждения тканей. Механизмы мышечного сокращения . Сила и работа мышц.	2
3	Лекция № 3 – Общие свойства сенсорных систем. Зрительная сенсорная система. Слуховая, вестибулярная и двигательная сенсорные системы. Значение сенсорных систем в спорте Кровь как внутренняя среда организма.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	Практическое функциональных занятие № 1 - Определение функционального состояния ЦНС по устойчивости реакции и уровню возможностей. Текущий контроль-центральная нервная система высшая нервная деятельность	2
2	Практическое занятие № 2 - Общие свойства и значение сенсорных систем. - Физиологическая организация зрительной сенсорной системы. - Преломление света (рефракция и аккомодация). - Фоторецепция (функция палочек и колбочек).	2
3	Практическое занятие № 3 - Функция вестибулярной сенсорной системы. - Функциональная устойчивость вестибулярной сенсорной системы и методики её исследования. Функции слуховой сенсорной систем Текущий контроль- сенсорные системы	2
4	Практическое занятие - 4 Электромиограмма. Особенности ЭМГ при статических напряжениях и динамической работе, изменения ЭМГ при нарастании мощности работы и при утомлении. Эргография. Закон средних нагрузок. Текущий контроль – Нервно-мышечная физиология	2

4 СЕМЕСТР

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция № 1 - Физиология сердца. Физиологические закономерности кровообращения. Физиология кровотока. Регуляция кровообращения. Частота сердечных сокращений в покое и при мышечной работе у лиц различного возраста и пола.	2
2	-Лекция № 2 -Нервная и гуморальная регуляция дыхания. Пищеварение, обмен веществ и энергии.	2
3	Лекция № 3 – Физиология выделительных процессов. Физиологические основы терморегуляции Железы внутренней секреции	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	Практическое занятие №1 –Электрокардиограмм. Свойства сердечной мышцы - Артериальное давление, факторы, их определяющие. Гипер- и гипотонические состояния.	2
2	Практическое занятие № 2– Определить показатель реакции ССС на гипоксию по данным частоты пульса -проба Штанге -проба Генче Текущий контроль - кровообращение	2
3	Практическое занятие № 3 - Внешнее дыхание, его механизмы и основные показатели. Текущий контроль- дыхание	2
4	Практическое занятие № 4 -Определение основного обмена с учетом пола, возраста и веса. Расчет энерготрат с учетом вида деятельности. Расчет энерготрат с учетом показателей пульса. Текущий контроль- Физиология пищеварение	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины (модуля):

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, 2020. — 141 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09793-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/451329>
3. 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.
4. 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.
5. Сай, Ю.В. Анатомия и физиология. Словарь терминов и понятий : учебное пособие / Ю.В. Сай, Н.М. Кузнецова. - Санкт-Петербург [и др.] : Лань, 2019. - 113, [1] с.
6. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник для вузов физической культуры, [для студентов, аспирантов, научных сотрудников, преподавателей, тренеров и врачей, работающих в области физической культуры] / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. - 8-е изд. - Москва : Спорт, 2018. - 618, [1] с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Айзман, Р.И. Физиология человека : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 44.04.01 (050100.62) "Педагогическое образование" (профили "Безопасность жизнедеятельности", "Биология", "Психология") / Р.И. Айзман, Н.П. Абаскалова, Н.С. Шуленина. - 2-е изд., перераб. и испр. - Москва : ИНФРА-М, 2015. - 431, [1] с. : ил.
2. Гайворонский, И.В. Анатомия и физиология человека : учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования, обучающихся по специальностям "Лечебное дело", "Медико-профилактическое дело", "Сестринское дело", "Фармация", по дисциплине "Анатомия и физиология человека" / И.В. Гайворонский, Г.И. Ничипорук, А.И. Гайворонский. - 10-е изд., стер. - Москва : Академия, 2015. - 495, [1] с. : ил.
3. Григорьева, Е. В. Возрастная анатомия и физиология : учебное пособие для вузов / Е. В. Григорьева, В. П. Мальцев, Н. А. Белоусова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11443-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455314>
4. Дробинская, А. О. Анатомия и возрастная физиология : учебник для вузов / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 414 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04086-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/449808>
5. Корягина, Ю.В. Курс лекций по физиологии физкультурно-спортивной деятельности : учебное пособие / Ю.В. Корягина, Ю.П. Салова, Т.П. Замчий ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Издательство СибГУФК, 2014. — 153 с. : схем., табл., ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336075>

6. Нормальная физиология : учебник / К.В. Судаков, В.В. Андрианов, Ю.Е. Вагин [и др.]; под ред. К. В. Судакова. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2015. - 875 с. : ил.
7. Руководство к практическим занятиям по физиологии человека : учебное пособие / под общ. ред. А.С. Солодкова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Советский спорт, 2011. – 198 с. : ил., табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210496>
8. Руководство к практическим занятиям по физиологии : учебное пособие / сост. Ю.П. Салова, Т.П. Замчий, Г.В. Самойлова ; Министерство спорта Российской Федерации и др. – Омск : Издательство СибГУФК, 2014. – 151 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429369>
9. Сапего, А.В. Практикум по физиологии человека : учебное пособие / А.В. Сапего. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2012. – 84 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232472>
10. Швырев, А.А. Анатомия и физиология человека с основами общей патологии : учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования, обучающихся в медицинских училищах и колледжах / А.А. Швырев; под общ. ред. Р. Ф. Морозовой. - Изд. 8-е, стер. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. - 411, [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](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](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\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link is external))
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link is external))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](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 №409 (4 этаж, нежилое помещение №15) – Специализированная мебель: Учебный стол-32шт, скамья-32шт., стол письменный-2шт., стул-4шт., трибуна-1шт. Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий: доска меловая-2шт, стационарное мультимедийное оборудование (Проектор ACER X1260, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1шт., 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.

2. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №411 (4 этаж, нежилое помещение №16) – Специализированная мебель: Учебный стол-12шт, скамья-12шт., стол письменный-1шт. стул-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., домашний кинотеатр XORO HSD-6020 Silver-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.
3. Специальная лаборатория кафедры Физиологии (4 этаж, нежилое помещение №9) – наглядные учебные пособия, электромиограф-1шт., электрокардиограф-1шт., измеритель артериального давления-3шт., эрограф-1шт., неврологический молоточек-2-шт., велотренажер магнитный В-315-1шт., комплекс мониторный кардио-респираторной системы и гидратации тканей км-ар-01 диамант V 11. 0-1шт., газоанализатор кислорода ПКГ-06-16 прибор для определения простой двигательной реакции-1шт., портативный газоанализатор ИГМ-014 (0-5%)-1шт., кресло Барани-1шт., микроскоп-1шт., диагностическая стресс-система с газоанализатором-1шт., беговая дорожка ERGO FIT 4000-1шт., велоэргометр ERGO FIT 4000-1шт., аппаратно-программный комплекс "Валента"-1шт.

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

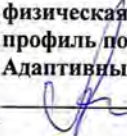
49.03.02 – Физическая культура лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Адаптивный спорт

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
Адаптивный спорт

 Аксенов А.В. руководитель ОПОП

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«19» июня 2019г., протокол №9

Зав. кафедрой  Курамшин Ю.Ф.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» 06 20 19 г., протокол № 14

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

Санкт-Петербург 2019

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	<p>УК – 7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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, 	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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

	<p>адаптивной физической культуре и адаптивному спорту;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 	<p>подготовленности работников;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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
	<p>УК – 7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.

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	<p>Понятие «физическая культура» и её связь с общей культурой.</p> <p>Цель, задачи физической культуры. Структура и функции физической культуры.</p> <p>Виды физической культуры.</p> <p>Основные понятия теории физической культуры.</p> <p>Этапы развития теории физической культуры.</p> <p>Функции и принципы физической культуры как социального явления.</p> <p>Роль физической культуры и физической подготовленности в различные периоды жизни человека.</p>	<p>Знания: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, здоровьесбережение подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности основной составляющей здорового образа жизни;</p>
2.	Методические основы самостоятельных занятий физической культурой и спортом.	<p>Физическое развитие как процесс и результат, физическая подготовленность и работоспособность, способы оценки физической подготовленности.</p> <p>Средства физической культуры в регулировании работоспособности.</p> <p>Понятие об общей и специальной физической подготовке</p> <p>Формы самостоятельных занятий.</p> <p>Выбор самостоятельной физической тренировки.</p> <p>Организация самостоятельных занятий.</p> <p>Планирование самостоятельных занятий.</p> <p>Управление процессом самостоятельных занятий.</p> <p>Дозирование физической нагрузки при самостоятельных занятиях.</p> <p>Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты выполнения физических упражнений</p> <p>Характеристика техники</p>	<p>Знания: - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели;</p> <p>- методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВАС;</p> <p>- основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре;</p> <p>Умения: - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей</p>

		<p>основных двигательных действий (бег, ходьба, плавание).</p> <p>Методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС</p>	<p>профессиональной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях;
3.	<p>Контроль, самоконтроль и техника безопасности при проведении занятий физической культурой и спортом</p>	<p>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.</p>	<p>Знания: - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту;</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря <p>Умения: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.
4.	<p>Основы здорового образа жизни</p>	<p>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.</p>	<p>Знания: - основы организации здорового образа жизни;</p>
5	<p>Спорт. Физическая культура и спорт в профессиональной</p>	<p>Характеристика основных понятий, используемых в сфере спорта. Основные понятия</p>	<p>Знания: - требования профессиональной деятельности в области</p>

	деятельности	Федерального закона Российской Федерации №329 «О физической культуре и спорте». Функции спорта. Многообразии видов спорта, их классификация. Профессиограмма специалиста.	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
2.	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
3.	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
4.	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 площадках, правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря	2
5.	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
6.	Лекция № 6. Характеристика основных понятий, используемых в сфере спорта. Основные понятия Федерального закона	2

	Российской Федерации №329 «О физической культуре и спорте». Функции спорта. Многообразие видов спорта, их классификация. Профессиограмма специалиста.	
--	---	--

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
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
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
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
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
5.	Виды контроля, цель, задачи. Показатели и методы оценки физического развития. Показатели и методы оценки физической подготовленности. Объективные и субъективные показатели самоконтроля.	2
6.	Техника безопасности при выполнении упражнений, техника безопасности при нахождении в спортивных сооружениях и открытых площадках, правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря	2
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
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
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.	Лекция № 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. Понятие об общей и специальной физической подготовке. Физическая подготовленность, способы оценки физической подготовленности.	2
2.	Лекция № 2. Планирование самостоятельных занятий. Управление процессом самостоятельных занятий. Дозирование физической нагрузки при самостоятельных занятиях. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты выполнения физических упражнений. Методика развития физических качеств средствами базовых видов спорта. Виды контроля, цель, задачи. Показатели и методы оценки физического развития. Показатели и методы оценки физической подготовленности. Объективные и субъективные показатели самоконтроля.	2
3.	Лекция № 3. Техника безопасности при выполнении упражнений, техника безопасности при нахождении в спортивных сооружениях и открытых площадках, правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря 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. Профессиограмма специалиста.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины:

ОСНОВНАЯ:

1. Небытова, Л.А. Физическая культура : учебное пособие / Л.А. Небытова, М.В. Катренко, Н.И. Соколова ; Министерство образования и науки РФ, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь : СКФУ, 2017. - 269 с. : ил. - Библиогр.: с. 263-267. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483844>

2. 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, 2020. — 599 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12033-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/446683>

3. Минникаева, Н.В. Теория и методика физической культуры: избранные лекции : [учебное пособие] / Н.В. Минникаева, С.В. Шабашева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кемеровский государственный университет». – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2016. – 144 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481577>

4. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. —

160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454861>

5. Тычинин, Н.В. Элективные курсы по физической культуре и спорту : учебное пособие / Н.В. Тычинин ; Министерство образования и науки РФ, Воронежский государственный университет инженерных технологий. - Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2017. - 65 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-00032-250-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=482033>

6. Шамрай, С.Д. Физическая культура : учебное пособие / С.Д. Шамрай, И.В. Кивихарью ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Высшая школа народных искусств (институт). - Санкт-Петербург : Высшая школа народных искусств, 2016. - 106 с. : табл., схем. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906697-32-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499657>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Барчуков, И.С. Физическая культура и спорт. Методология, теория, практика : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению "Педагогика" / И.С. Барчуков, А.А. Нестеров; под общ. ред. Н. Н. Маликова. - 3-е изд., стер. - М. : Академия, 2009. - 526 с. : ил.

2. Бишаева, А.А. Физическая культура [Текст] : учебник по дисциплине "Физическая культура" для студентов, обучающихся по направлению "Педагогическое образование" / А.А. Бишаева, В.В. Малков. - Москва : Кнорус, 2016. - 311 с. : ил.

3. Теория и методика физической культуры [Текст] : учебник для студентов высших учебных заведений, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 521900 "Физическая культура" и специальности 022300 - "Физическая культура и спорт" / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - [4-е изд., стер.]. - Москва : Советский спорт, 2010. - 464 с. : ил.

4. Письменский, И.А. Физическая культура [Текст] : учебник для академического бакалавриата / И.А. Письменский, Ю.Н. Аллянов; Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации, Москва. - Москва : Юрайт, 2016. - 492, [1] с. : ил.

5. Физическая культура студентов специального учебного отделения : учебное пособие / Л.Н. Гелецкая, И.Ю. Бирдигулова, Д.А. Шубин, Р.И. Коновалова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский федеральный университет. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2014. - 219 с. : табл., схем. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7638-2997-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364606>

6. Физическая культура : учебник / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва и др. - Красноярск : СФУ, 2017. - 612 с. : ил. - Библиогр.: с. 608-609. - ISBN 978-5-7638-3640-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151>

7. Физическая культура [Текст] : учебник для студентов вузов, обучающихся по дисциплине "Физическая культура" / М.Я. Виленский [и др.]; под ред. М. Я. Виленского. - 3-е изд., стер. - Москва : Кнорус, 2016. - 423, [1] с.

8. Физическая культура : учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 424 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02483-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/449973>

9. Чеснова, Е.Л. Физическая культура : учебное пособие / Е.Л. Чеснова. - Москва : Директ-Медиа, 2013. - 160 с. - ISBN 978-5-4458-3076-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945>

10. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования, обучающихся по направлению подготовки "Педагогическое образование" / 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:

- 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\(link isexternal\)](http://elibrary.rsl.ru(link isexternal))
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](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 №419 (4 этаж, нежилое помещение №1) – Специализированная мебель: Учебный стол-42шт, скамья-42шт., 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), 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 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 №422 (4 этаж, нежилое помещение №8) – Специализированная мебель: Учебный стол-14 шт, скамья-14шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., ноутбук Acer-1 шт., проектор Epson EB-X41-1шт., экран переносной-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.

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

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):
Адаптивный спорт

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:
Адаптивный спорт


Аксенов А.В.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«18» 06 2019 г., протокол № 19

Зав. кафедрой  Шевцов А.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» 06 2019 г., протокол № 14

Авторы-разработчики:
Шевцов А.В., заведующий кафедрой физической
реабилитации, д-р. биол. наук, доцент
Терентьев Ф.В., старший преподаватель кафедры
физической реабилитации

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе во 8 семестре по очной форме обучения, на 4 курсе в 7 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	<p>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.</p> <p>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</p>	<p>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.</p> <p>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</p>

	<p>психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием</p> <p>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.</p>	<p>психоконсультирование в рамках физической реабилитации; - пользоваться физиотерапевтическим оборудованием</p> <p>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.</p>
<p>ОПК-9.</p>	<p>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.</p> <p>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..</p> <p>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.</p>	<p>Знания: -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.</p> <p>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.</p> <p>Навыки: - 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.</p>
<p>ОПК-10.</p>	<p>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.</p> <p>ОПК-10.2.Умеет: - определить наиболее</p>	<p>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.</p> <p>Умения: - определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; -</p>

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	Понятие о физической реабилитации, ее задачи и средства.	<p>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.</p> <p>-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.</p> <p>- 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.</p> <p>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</p> <p>- 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.</p> <p>- 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)</p> <p>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</p>

			<p>зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.</p> <p>- 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.</p> <p>- 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)</p>
2.	<p>Частные методики физической реабилитации</p>	<p>- Физическая реабилитация в травматологии.</p> <p>- Физическая реабилитация при ортопедических заболеваниях.</p> <p>- Физическая реабилитация при заболеваниях сердечнососудистой системы.</p> <p>- Физическая реабилитация при заболеваниях органов дыхания.</p> <p>- Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения, обмена веществ и органов мочевого выделения.</p> <p>- Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы и заболеваниях суставов.</p> <p>- Физическая реабилитация при врожденных заболеваниях у детей раннего возраста.</p> <p>- Физическая реабилитация лиц пожилого возраста.</p> <p>- Особенности занятий физическими упражнениями в период беременности, в</p>	<p>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.</p> <p>- 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.</p> <p>- 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.</p> <p>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</p> <p>- 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.</p> <p>- определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение</p>

	<p>родах, в послеродовой период и ЛФК при гинекологических заболеваниях</p> <p>- ЛФК и физическая реабилитация с онкологическими пациентами, современные методики физической реабилитации.</p>	<p>прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)</p> <p>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.</p> <p>- 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.</p> <p>- 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)</p>
--	--	---

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	<p>Лекция №1. Понятие о физической реабилитации, ее задачи и средства</p> <p>План лекции:</p> <p>Понятие о физической реабилитации.Историческая справка.</p> <p>Физическая реабилитация – составная часть комплексной реабилитации.</p> <p>Общие и частные задачи физической реабилитации.</p> <p>Принцип физической реабилитации (этапность, непрерывность, преемственность).</p>	2
1.	<p>Лекция №2. Понятие о физической реабилитации, ее задачи и средства</p> <p>План лекции:</p> <p>Периоды ЛФК (щадящий, функциональный и тренировочный) и режимы двигательной активности в стационарных (постельный, полупостельный, свободный) и амбулаторных условиях (щадящий, щадяще-тренирующий, тренирующий).</p> <p>Средства физической реабилитации (ЛФК, массаж, физиотерапия).</p> <p>Дозирование физических нагрузок в физической реабилитации, оценка эффективности реабилитационных мероприятий.</p>	2
2	<p>Лекция №3. Физическая реабилитация в травматологии</p> <p>План лекции:</p> <p>Понятие о травме и травматической болезни.</p> <p>Механизм травм верхних и нижних конечностей.</p> <p>Травматический шок, причины, степени, краткая характеристика и принципы реабилитации.</p> <p>Особенности травм у детей.</p> <p>Механизм травм позвоночника.</p> <p>Методика физической реабилитации при повреждениях мягких тканей, вывихах и переломах верхних и нижних конечностей на стационарном, санаторном и амбулаторном этапах лечения.</p> <p>Методика физической реабилитации при ампутациях конечностей</p>	2
2.	<p>Лекция №4. Физическая реабилитация в травматологии</p> <p>План лекции:</p> <p>Методика физической реабилитации при компрессионном переломе позвоночника на различных этапах лечения.</p> <p>Особенности физической реабилитации неосложненных компрессионных переломов позвоночника у детей.</p> <p>Оценка эффективности физической реабилитации при компрессионном переломе позвоночника.</p>	2

2.	Лекция №5. Физическая реабилитация в травматологии План лекции: Методика физической реабилитации при травмах верхних конечностей	2
2.	Лекция №6. Физическая реабилитация в травматологии План лекции: Методика физической реабилитации при травмах нижних конечностей	2
2	Лекция №7. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечнососудистой системы План лекции: Анатомо-физиологические особенности функционирования сердечно-сосудистой системы у детей и у взрослых. Методика физической реабилитации при вегетососудистой дистонии, гипотонической и гипертонической болезни. Методика физической реабилитации при инфаркте миокарда на стационарном, санаторном и амбулаторном этапах. Методика физической реабилитации при варикозном расширении вен нижних конечностей. Оценка эффективности физической реабилитации при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	2
2	Лекция №8. Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения, обмена веществ и органов мочевого выделения План лекции: Анатомо-физиологические особенности функционирования органов пищеварения. Анатомо-физиологические особенности функционирования органов мочевого выделения. Методика физической реабилитации при воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Методика физической реабилитации при воспалительных заболеваниях мочевого выделительной системы. Методика физической реабилитации при заболеваниях обмена веществ. Методика физической реабилитации при нефроптозах. Оценка эффективности физической реабилитации при заболеваниях органов пищеварения, обмена веществ и органов мочевого выделения.	2
2	Лекция №9. Физическая реабилитация при врожденных заболеваниях у детей раннего возраста План лекции: Особенности психомоторного развития детей первого года жизни. 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 при ревматизме в педиатрии Особенности физической реабилитации при детском церебральном параличе. Оценка эффективности физической реабилитации при врожденных заболеваниях у детей раннего возраста.	2
2	Лекция №10. Особенности занятий физическими упражнениями в период беременности, в родах, в послеродовой период и ЛФК при гинекологических заболеваниях План лекции: Основные изменения в организме женщины, происходящие в период беременности. Методика гимнастики в период беременности и в родах. Методика гимнастики в послеродовой период. Фитбол-гимнастика в период беременности и в послеродовой период. ЛФК при гинекологических заболеваниях. Оценка эффективности физической реабилитации при гинекологических заболеваниях, в период беременности и в послеродовой период.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1.	Практическое занятие №1. Понятие о физической реабилитации, ее задачи и средства <i>Вопросы для обсуждения:</i> Понятие о физической реабилитации. Физическая реабилитация – составная часть комплексной реабилитации. Общие и частные задачи физической реабилитации. Принцип физической реабилитации (этапность, непрерывность, преемственность).	2

	<p>Периоды ЛФК (щадящий, функциональный и тренировочный) и режимы двигательной активности в стационарных (постельный, полупостельный, свободный) и амбулаторных условиях (щадящий, щадяще-тренирующий, тренирующий).</p> <p>Средства физической реабилитации (ЛФК, массаж, физиотерапия).</p> <p>Дозирование физических нагрузок в физической реабилитации, оценка эффективности реабилитационных мероприятий.</p>	
2.	<p>Практическое занятие №2. Физическая реабилитация в травматологии</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>Методика физической реабилитации при переломах костей верхних и нижних конечностей и вывихах суставов на стационарном, санаторном и амбулаторном (реабилитационный центр) этапах.</p> <p>Особенности методики физической реабилитации в зависимости от локализации и способа иммобилизации.</p>	2
2	<p>Практическое занятие №3. Физическая реабилитация в травматологии</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>Методика физической реабилитации при переломах переломах позвоночника и костей таза на стационарном, санаторном и амбулаторном (реабилитационный центр) этапах.</p> <p>Методика физической реабилитации при ампутациях конечностей.</p>	2
2	<p>Практическое занятие №4. Физическая реабилитация при ортопедических заболеваниях</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>Методики физической реабилитации при нарушениях осанки, сколиотической болезни и плоскостопии.</p> <p>Сочетание средств физической реабилитации с ортопедической коррекцией.</p> <p>Контроль за реабилитационным процессом после травм.</p>	2
2	<p>Практическое занятие №5. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечнососудистой системы</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>Задачи и прогноз физической реабилитации при заболеваниях сердечнососудистой системы.</p> <p>Механизмы лечебного и реабилитационного действия средств физической реабилитации.</p> <p>Методика физической реабилитации при хронической ишемической болезни сердца, инфаркте миокарда, гипертонической, гипотонической и вегето-сосудистой болезни на стационарном, санаторном и амбулаторном этапах.</p> <p>Контроль за физической реабилитацией при хронической ишемической болезни сердца: определение функционального класса, физической работоспособности (PWC_{150}), толерантности к физической нагрузке (ТФН).</p> <p>Методика физической реабилитации при врожденных и приобретенных пороках сердца.</p> <p>Контроль за реабилитационным процессом.</p> <p>Методика физической реабилитации при артериальной недостаточности и варикозном расширении вен нижних конечностей.</p> <p>Контроль за реабилитационным процессом.</p>	2
2	<p>Практическое занятие №6. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечнососудистой системы.</p> <p>Задачи и прогноз физической реабилитации при заболеваниях сердечнососудистой системы.</p> <p>Механизмы лечебного и реабилитационного действия средств физической реабилитации.</p> <p>Методика физической реабилитации при хронической ишемической болезни сердца, инфаркте миокарда, гипертонической, гипотонической и вегето-сосудистой болезни на стационарном, санаторном и амбулаторном этапах.</p>	2
2	<p>Практическое занятие №7. Физическая реабилитация при заболеваниях органов дыхания</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>Механизмы нарушения дыхания при заболеваниях органов дыхания: ухудшение кровотока в легких, бронхиальной проходимости, регуляции и механики дыхания.</p> <p>Задачи и прогноз физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания.</p> <p>Методика физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания: бронхите, пневмонии, бронхоэктатической болезни, бронхиальной астме.</p> <p>Механизмы лечебного и реабилитационного действия средств физической реабилитации.</p> <p>Дыхательная гимнастика Стрельниковой, Толкачева, Бутейко, Стрельцовой.</p> <p>Контроль за реабилитационным процессом.</p>	2

2	<p>Практическое занятие №8. Физическая реабилитация при заболеваниях органов дыхания. Методика физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания: бронхите, пневмонии, бронхоэктатической болезни, бронхиальной астме.</p> <p>Механизмы лечебного и реабилитационного действия средств физической реабилитации.</p> <p>Дыхательная гимнастика Стрельниковой, Толкачева, Бутейко, Стрельцовой.</p>	2
2	<p>Практическое занятие №9. Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения, обмена веществ и органов мочевого выделения</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>Задачи и прогноз физической реабилитации при гастритах, язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки, дискинезии кишечника и желчевыводящих путей, опущениях органов брюшной полости, спланхноптозе, при ожирении, подагре и сахарном диабете, нефритах, нефроптозе и почечно-каменной болезни.</p> <p>Механизмы лечебного и реабилитационного действия средств физической реабилитации.</p> <p>Методика физической реабилитации при заболеваниях органов пищеварения, обмена веществ и органов мочевого выделения.</p>	2
2	<p>Практическое занятие №10. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы и заболеваниях суставов</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>Задачи и прогноз физической реабилитации при инсульте, при остеохондрозе позвоночника.</p> <p>Механизмы лечебного и реабилитационного действия средств физической реабилитации.</p> <p>Методика физической реабилитации на различных этапах реабилитации при заболеваниях и повреждениях нервной системы.</p>	2
2	<p>Практическое занятие №11. Физическая реабилитация при врожденных заболеваниях у детей раннего возраста</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>Задачи и прогноз физической реабилитации при врожденных аномалиях развития у детей (вывих бедра, мышечная кривошея, косоплоскость).</p> <p>Механизмы лечебного и реабилитационного действия средств физической реабилитации.</p> <p>Методика физической реабилитации на различных этапах.</p>	2
2	<p>Практическое занятие №12. Физическая реабилитация лиц пожилого возраста</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>Основные физиологические особенности возрастных изменений у лиц пожилого возраста.</p>	2
2	<p>Практическое занятие №13. Физическая реабилитация лиц пожилого возраста</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>Методика физической реабилитации при различных заболеваниях у пожилых людей.</p>	2
2	<p>Практическое занятие №14. Особенности занятий физическими упражнениями в период беременности, в родах, в послеродовой период и ЛФК при гинекологических заболеваниях</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>Основные изменения в организме женщины в период беременности.</p> <p>Задачи и механизм благоприятного действия гимнастики на организм женщины в период беременности, в родах и послеродовой период.</p> <p>Задачи, механизм лечебного действия и прогноз ЛФК при гинекологических заболеваниях.</p>	2
2	<p>Практическое занятие №15. Особенности занятий физическими упражнениями в период беременности, в родах, в послеродовой период и ЛФК при гинекологических заболеваниях</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>Методика гимнастики в период беременности, в родах и послеродовой период и методика ЛФК при гинекологических заболеваниях.</p>	2
2	<p>Практическое занятие №16. Особенности занятий физическими упражнениями и лечебной физической культурой в процессе физической реабилитации лиц с онкологическими заболеваниями.</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>Методика физической реабилитации и ЛФК лиц разного возраста с онкологическими заболеваниями.</p>	2
2	<p>Практическое занятие №17. Современные методики физической реабилитации</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>Особенности проведения методика Бобат-терапии, PNF-терапии, механо-терапии при различных заболеваниях и травмах.</p>	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	<p>Лекция №1. Понятие о физической реабилитации, ее задачи и средства План лекции: Понятие о физической реабилитации. Физическая реабилитация – составная часть комплексной реабилитации. Общие и частные задачи физической реабилитации. Принцип физической реабилитации (этапность, непрерывность, преемственность). Периоды ЛФК (щадящий, функциональный и тренировочный) и режимы двигательной активности в стационарных (постельный, полупостельный, свободный) и амбулаторных условиях (щадящий, щадяще-тренирующий, тренирующий). Средства физической реабилитации (ЛФК, массаж, физиотерапия). Дозирование физических нагрузок в физической реабилитации, оценка эффективности реабилитационных мероприятий.</p>	2
2	<p>Лекция №2. Физическая реабилитация в травматологии План лекции: Понятие о травме и травматической болезни. Механизм травм верхних и нижних конечностей. Особенности травм у детей. Механизм травм позвоночника. Методика физической реабилитации при повреждениях мягких тканей, вывихах и переломах верхних и нижних конечностей на стационарном, санаторном и амбулаторном этапах лечения.</p>	2
2.	<p>Лекция №3. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной системы и органов пищеварения. План лекции: Задачи и прогноз физической реабилитации при заболеваниях сердечнососудистой системы. Механизмы лечебного и реабилитационного действия средств физической реабилитации. Методика физической реабилитации при хронической ишемической болезни сердца, инфаркте миокарда, гипертонической, гипотонической и вегето-сосудистой болезни на стационарном, санаторном и амбулаторном этапах. Механизмы нарушения дыхания при заболеваниях органов дыхания: ухудшение кровотока в легких, бронхиальной проходимости, регуляции и механики дыхания. Задачи и прогноз физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания. Методика физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания: бронхите, пневмонии, бронхоэктатической болезни, бронхиальной астме. Механизмы лечебного и реабилитационного действия средств физической реабилитации. Дыхательная гимнастика Стрельниковой, Толкачева, Бутейко, Стрельцовой. Контроль за реабилитационным процессом. Задачи и прогноз физической реабилитации при гастритах, язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки, дискинезии кишечника и желчевыводящих путей, опущениях органов брюшной полости, спланхноптозе, при ожирении, подагре и сахарном диабете, нефритах, нефроптозе и почечно-каменной болезни. Механизмы лечебного и реабилитационного действия средств физической реабилитации. Методика физической реабилитации при заболеваниях органов пищеварения, обмена веществ и органов мочевого выделения</p>	2

ЗАНЯТИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
2.	<p>Практическое занятие №1. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы и заболеваниях суставов <i>Вопросы для обсуждения:</i> Задачи и прогноз физической реабилитации при инсульте, при остеохондрозе позвоночника. Механизмы лечебного и реабилитационного действия средств физической реабилитации. Методика физической реабилитации на различных этапах реабилитации при заболеваниях и повреждениях нервной системы.</p>	2

2	<p>Практическое занятие №2. Физическая реабилитация при врожденных заболеваниях у детей раннего возраста</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>Задачи и прогноз физической реабилитации при врожденных аномалиях развития у детей (вывих бедра, мышечная кривошея, косолапость).</p> <p>Механизмы лечебного и реабилитационного действия средств физической реабилитации.</p> <p>Методика физической реабилитации на различных этапах.</p>	2
2	<p>Практическое занятие №3. Особенности занятий физическими упражнениями в период беременности, в родах, в послеродовой период и ЛФК при гинекологических заболеваниях и методика физической реабилитации при работе с лицами пожилого возраста.</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>Основные изменения в организме женщины в период беременности.</p> <p>Задачи и механизм благоприятного действия гимнастики на организм женщины в период беременности, в родах и послеродовой период.</p> <p>Задачи, механизм лечебного действия и прогноз ЛФК при гинекологических заболеваниях.</p> <p>Методика физической реабилитации при различных заболеваниях у пожилых людей.</p> <p>Основные физиологические особенности возрастных изменений у лиц пожилого возраста.</p>	2
2	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Практическое занятие №4. Современные методики физической реабилитации</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <p>Особенности проведения методика Бобат-терапии, PNF-терапии, механо-терапии при различных заболеваниях и травмах.</p>	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины (модуля):

ОСНОВНАЯ:

1. Громова, О.В. Комплексная реабилитация больных и инвалидов : учебное пособие / О.В. Громова. - Москва : Колос-с, 2018. - 181, [1] с. : ил.
2. 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, 2020. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07422-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453996>
3. 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.
4. Сапего, А.В. Физическая реабилитация : учебное пособие / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. Полковников ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет», Кафедра медико-биологических основ физического воспитания и спортивных дисциплин. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 210 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278925>
5. Спатаева, М.Х. Физическая реабилитация: профилактика миофасциального синдрома в силовых видах спорта : учебное пособие / М.Х. Спатаева, А.С. Лазаренко ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2017. – 108 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://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,

2020. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08390-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455431>
2. Егорова, С.А. Физическая реабилитация : учебное пособие / С.А. Егорова, А.Л. Ворожбитова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». — Ставрополь : СКФУ, 2014. — 176 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457230>
 3. Мамайчук, И. И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии : учебное пособие для вузов / И. И. Мамайчук. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 318 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10042-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455945>
 4. Основы физической реабилитации : учебник / А.Н. Налобина, Т.Н. Федорова, И.Г. Таламова, Н.М. Курч; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта ; под ред. А. Н. Налобиной. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 5,05 МБ). - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2017. - 328 с. : цв. ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 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. 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. Физическая реабилитация : учебник : в 2 т. Т. 1 / под ред. С. Н. Попова. - Москва : Академия, 2013. - 283, [1] с. : ил. Физическая реабилитация : учебник : в 2 т. Т. 2 / под ред. С. Н. Попова. - Москва : Академия, 2013. - 303, [1] с. : ил.
 8. Физическая реабилитация в акушерстве и гинекологии : учебное пособие / Т.Н. Федорова, А.Н. Налобина, Н.Н. Лазарева, Л.Б. Кичигина; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 1,75 МБ). - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2014. — 288 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 9. Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы : учеб. 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.

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](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](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\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- 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.

Дисциплина «Физическая реабилитация» 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 социально-гуманитарных дисциплин

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Философия

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):

Адаптивный спорт

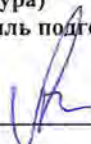
Квалификация:

бакалавр

Форма обучения:

Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
49.03.01 Физическая культура лиц с отклонениями
в состоянии здоровья (адаптивная физическая
культура)
профиль подготовки: Адаптивный спорт

 Аксенов К.В.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«19» 06 2019 г., протокол № 11

Зав. кафедрой  Пыж В.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» 06 2019 г., протокол № 14

Автор-разработчик:
Доцент, к.ф.н., доцент Медведева О.А.

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ 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 (зачет с оценкой)*.

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

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
УК-5	<p>УК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сущностные характеристики основных периодов в развитии философской мысли. <p>УК-5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов. <p>УК-5.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организации участия 	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сущностных характеристик основных периодов в развитии философской мысли. <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов. <p>Навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики,

	обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.	недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.
--	---	---

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						
<i>Выполнение курсовой работы</i>										
Общая трудоемкость	часы			108						
	зачетные единицы			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	6			6						
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	4			4						
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	4			4						
Самостоятельная работа студента	94			94						

<i>Выполнение курсовой работы</i>											
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.	Тема 1. Предмет и структура философского знания	1. Определения философии, ее предмет. Философия как наука, форма духовной культуры и мировоззрение. Дискуссия о научном статусе философии. Круг философских проблем. 2. Происхождение философии. Философия как любовь к мудрости. 3. Функции философии. Роль философии в формировании системы ценностей. 4. Структура философского знания. Роль философии в жизни человека и общества. Преподавание философии в ВУЗах.	Знания: - сущностных характеристик основных периодов в развитии философской мысли. Умения: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов. Навыки: - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.
	Тема 2. Основные этапы и направления исторического развития философии	Ч. 1. Философия Древнего Востока. 1. Философия Древней Индии. Философские идеи Упанишад. Философские школы Древней Индии. Йога, джайнизм, буддизм. 2. Философия Древнего Китая. «И-цзин». Учение об инь и ян. Философские школы Древнего	Знания: - сущностных характеристик основных периодов в развитии философской мысли. Умения: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-

	<p>Китай. Конфуцианство. Даосизм. Фа-цзя.</p> <p>Ч. 2. Античная философия.</p> <p>1. Особенности и периодизация античной философии.</p> <p>2. Философия досократиков: ионийская и элейская школы, атомизм, пифагореизм.</p> <p>3. Сократ и софисты. Платон и Аристотель.</p> <p>4. Эллинистическая философия. Кинизм, эпикуреизм, скептицизм, стоицизм.</p> <p>Ч. 3. Философия Средних веков и эпохи Возрождения.</p> <p>1. Предпосылки возникновения средневековой философии, ее периодизация и особенности.</p> <p>2. Средневековая патристика: Тертуллиан, александрийская школа. Фундаментальная теология А.Августина.</p> <p>3. Средневековая схоластика: основные задачи и проблематика. Творчество Боэция, Эриугены, А. Кентерберийского, П. Абеляра, Ф. Аквинского, У. Оккама. Арабские средневековые мыслители.</p> <p>4. Антропоцентризм, гуманизм и эстетизм философской мысли Возрождения.</p> <p>5. Философские учения выдающихся мыслителей Ренессанса. Н. Кузанский, М. Фичино, Дж. Пико делла Мирандола, М. Монтень, Н. Макиавелли, Т. Мор, Э. Роттердамский, Дж. Бруно.</p> <p>Ч. 4. Философия Нового времени (XVII - XVIII вв.).</p> <p>Немецкая классическая философия.</p> <p>1. Принцип «субъект-объектного противостояния» в философии Нового времени.</p> <p>2. Эмпиризм и рационализм в теории познания Нового времени.</p> <p>3. Правила метода Р. Декарта. Ф. Бэкон. Проект прагматического преобразования науки.</p> <p>4. Французское Просвещение.</p>	<p>экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов.</p> <p>Навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.
--	--	--

		<p>5. Немецкая классическая философия. Этика И. Канта. Диалектика Г.-В.-Ф. Гегеля. Антропологический материализм Л. Фейербаха.</p> <p>Ч. 5. Постклассическая западноевропейская философия XIX - XX вв.</p> <p>1. Главные проблемы и тенденции западноевропейской философии новейшего времени.</p> <p>2. Направления западноевропейской философии XIX - XX вв.</p> <p>3. «Философия жизни» А. Шопенгауэра и Ф. Ницше.</p> <p>4. Герменевтика и феноменология: Г.-Г. Гадамер, Э.Гуссерль.</p> <p>5. Экзистенциализм Ж.-П. Сартра и М. Хайдеггера.</p>	
3.	Тема 3. Русская философия	<p>1. Характерные особенности и периодизация русской философии.</p> <p>2. Древнерусская философия: проблематика и представители. Митрополит Илларион. Иосифляне и нестяжатели: дискуссия о роли церкви в обществе. Старец Филофей. Теория «Москва – третий Рим».</p> <p>3. Русское Просвещение. М.В. Ломоносов, А.Н. Радищев, Г.С. Сковорода.</p> <p>4. Русская философия XIX – XX вв.: основные направления и проблематика. Славянофилы и западники, консерватизм, космизм, философия всеединства. Персонализм Н.А. Бердяева.</p> <p>5. Современная русская философия. Философия русского Зарубежья. И.А. Ильин, Л.П. Карсавин, С.Н. Булгаков. Русская советская философия. А.Ф. Лосев, М.М. Бахтин, Ю.М. Лотман.</p>	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сущностных характеристик основных периодов в развитии философской мысли. <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов. <p>Навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.

4.	Тема 4. Философия бытия	<p>1. Предмет и основные понятия онтологии. История онтологических учений античности, Средних веков, Нового и новейшего времени. Современные онтологические концепции: «критическая онтология» Н. Гартмана; «фундаментальная онтология» М. Хайдеггера; «экзистенциально-феноменологическая онтология» Ж.-П. Сартра; «онтология языка» (Л. Витгенштейн, Ж. Деррида).</p> <p>2. Формы бытия: материальное, идеальное, социальное. Основные концепции бытия: материализм, идеализм, дуализм.</p> <p>3. Сознание, его сущность, структура и характеристики. Происхождение сознания. Идеальность, креативность, интенциональность сознания. Сознание и объективная реальность.</p> <p>4. Философское осмысление природы. Основные характеристики бытия природы.</p>	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сущностных характеристик основных периодов в развитии философской мысли. <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов. <p>Навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.
5.	Тема 5. Философия человека	<p>1. Предмет и основные направления философской антропологии. Натуралистическая, религиозная, социокультурная, экзистенциальная антропология. Сущность и природа человека. Сущность и существование.</p> <p>2. Научные, паранаучные и религиозные теории антропогенеза. Критика дарвинизма.</p> <p>3. Биологическое и социальное в природе человека. Наследственные и социальные факторы развития человека.</p> <p>4. Смысл и цель жизни. Смысл смерти. Ценности человеческого бытия.</p>	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сущностных характеристик основных периодов в развитии философской мысли. <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов. <p>Навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических

			<p>занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;</p> <p>- организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.</p>
6.	Тема 6. Философия познания	<p>1. Предмет и основные понятия гносеологии. Знание как результат познания. Знание и вера. Заблуждение и ложь.</p> <p>2. Структура познавательного процесса. Виды и формы познания. Взаимосвязь чувственного и рационального познания. Области познания. Эстетика как область познания. Религиозное познание.</p> <p>3. Истина и ее критерии. Абсолютная и относительная истина.</p> <p>4. Практика и ее роль в познании. Практика как цель познания, область познания и критерий истины в познании. Структура практики.</p>	<p>Знания:</p> <p>- сущностных характеристик основных периодов в развитии философской мысли.</p> <p>Умения:</p> <p>- найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов.</p> <p>Навыки:</p> <p>- аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;</p> <p>- организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.</p>
7.	Тема 7. Основы этики.	<p>1. Понятие морали, ее возникновение и характеристики. Соотношение морали и инстинктов. Нравственное формирование личности. Проблема нарушения нравственных принципов. Мораль и закон. Мораль, этика, этикет.</p> <p>2. Функции морали. Проблема</p>	<p>Знания:</p> <p>- сущностных характеристик основных периодов в развитии философской мысли.</p> <p>Умения:</p> <p>- найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать</p>

	<p>существования морали у животных.</p> <p>3. Категории морали. Добродетели и пороки.</p> <p>4. Этика как философская наука. Основные этические учения. Этический принцип как жизненная позиция человека.</p>	<p>специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов.</p> <p>Навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.
--	---	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	<p>Лекция 1. Предмет и структура философского знания.</p> <p>1. Определения философии, ее предмет.</p> <p>2. Функции философии. Философия как любовь к мудрости.</p> <p>3. Происхождение философии.</p> <p>4. Структура философского знания.</p>	2
2.	<p>Лекция 2. Основные этапы и направления исторического развития философии. Философия Древнего Востока.</p> <p>1. Философия Древней Индии. Востока.</p> <p>2. Философия Древнего Китая.</p>	2
2.	<p>Лекция 3. Основные этапы и направления исторического развития философии. Античная философия.</p> <p>1. Особенности и периодизация античной философии.</p> <p>2. Философия досократиков: ионийская и элейская школы, атомизм, пифагореизм.</p> <p>3. Сократ и софисты. Платон и Аристотель.</p> <p>4. Эллинистическая философия.</p>	2
2.	<p>Лекция 4. Основные этапы и направления исторического развития философии. Философия Средних веков и эпохи</p>	2

	<p>Возрождения.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предпосылки возникновения средневековой философии, ее периодизация и особенности. 2. Средневековая патристика. 3. Средневековая схоластика. 4. Антропоцентризм, гуманизм и эстетизм философской мысли Возрождения. 5. Философские учения выдающихся мыслителей Ренессанса. 	
2.	<p>Лекция 5. Основные этапы и направления исторического развития философии. Философия Нового времени (XVII - XVIII вв.). Немецкая классическая философия.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Принцип «субъект-объектного противостояния» в философии Нового времени. 2. Эмпиризм и рационализм в теории познания Нового времени. 3. Правила метода Р. Декарта. Ф. Бэкон. Проект прагматического преобразования науки. 4. Французское Просвещение. 5. Немецкая классическая философия. Этика И. Канта. Диалектика Г.-В.-Ф. Гегеля. Антропологический материализм Л. Фейербаха. 	2
2.	<p>Лекция 6. Основные этапы и направления исторического развития философии. Постклассическая западноевропейская философия XIX - XX вв.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Главные проблемы и тенденции западноевропейской философии новейшего времени. 2. Направления западноевропейской философии XIX - XX вв. 3. «Философия жизни» А. Шопенгауэра и Ф. Ницше. 4. Герменевтика и феноменология: Г.-Г. Гадамер, Э. Гуссерль. 5. Экзистенциализм Ж.-П. Сартра и М. Хайдеггера. 	2
3.	<p>Лекция 7. Русская философия.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Характерные особенности и периодизация русской философии. 2. Древнерусская философия: проблематика и представители. 3. Русское Просвещение. М.В. Ломоносов, А.Н. Радищев, Г.С. Сковорода. 4. Русская философия XIX – XX вв.: основные направления и проблематика. Славянофилы и западники, консерватизм, космизм, философия всеединства. Персонализм Н.А. Бердяева. 5. Современная русская философия. Философия русского Зарубежья. Русская советская философия. 	2
4.	<p>Лекция 8. Философия бытия.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предмет и основные понятия онтологии. 2. Формы бытия. Концепции бытия. 3. Сознание, его сущность, структура и характеристики. 4. Философское осмысление природы. 	2
5.	<p>Лекция 9. Философия человека.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предмет и основные направления философской антропологии. 2. Научные и религиозные теории антропогенеза. 	2

	3. Биологическое и социальное в природе человека. 4. Смысл и цель жизни.	
6.	Лекция 10. Философия познания. 1. Предмет и основные понятия гносеологии. Знание как результат познания. 2. Структура познавательного процесса. Виды и формы познания. Области познания. 3. Истина и ее критерии. Абсолютная и относительная истина. 4. Практика и ее роль в познании.	2
7.	Лекция 11. Основы этики. 1. Понятие морали, ее возникновение и характеристики. 2. Функции морали. 3. Категории морали. Добродетели и пороки. 4. Этика как философская наука. Основные этические учения.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1.	Семинар 1. Предмет и структура философского знания. Вопросы для обсуждения: 1. Определения философии и ее предмет. 2. Функции философии. Философия как любовь к мудрости. 3. Происхождение философии. 4. Структура философского знания. 5. Роль философии в жизни человека и общества.	2
2.	Семинар 2. Философия Древнего Востока. Вопросы для обсуждения: 1. Философия Древней Индии. Возникновение древнеиндийской философии. Философские понятия и школы Древней Индии. Йога. Джайнизм. Буддизм. 2. Философия Древнего Китая. Возникновение и направления древнекитайской философии. Конфуцианство. Даосизм. Легизм.	2
3.	Семинар 3. Античная философия. Вопросы для обсуждения: 1. Становление древнегреческой философии, особенности и периодизация. 2. Философия досократиков: ионийская и элейская школы, атомизм и пифагореизм. 3. Гуманистический период: софисты и Сократ. 4. Классический период: Платон и Аристотель. 5. Эллинистическая философия: кинизм, эпикуреизм, стоицизм, скептицизм.	2
4.	Семинар 4. Философия Средних веков и эпохи Возрождения. Вопросы для обсуждения: 1. Предпосылки, периодизация, характерные черты средневековой философии.	2

	<p>2. Средневековая патристика. Философские учения Августина Аврелия (Блаженного).</p> <p>3. Средневековая схоластика. Фома Аквинский и доказательства бытия Бога.</p> <p>4. Особенности философской мысли эпохи Возрождения.</p> <p>5. Философские концепции эпохи Возрождения.</p>	
5.	<p>Семинар 5. Философия Нового Времени. Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Предпосылки и характерные черты философии Нового времени.</p> <p>2. Эмпиризм. Ф. Бэкон. Критика философии и индуктивный метод. Идолы разума.</p> <p>Субъективный идеализм Д. Юма.</p> <p>3. Рационализм. Р. Декарт. Учение о субстанциях. Правила дедуктивного метода. Учение Г. Лейбница о предустановленной гармонии.</p> <p>4. Философия французского Просвещения.</p> <p>5. Немецкая классическая философия. Гносеологические и этические идеи И. Канта. Диалектика Г.В.Ф. Гегеля. Антропологический материализм Л. Фейербаха.</p>	2
6.	<p>Семинар 6. Постклассическая западноевропейская философия XIX-XX вв. Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Психоанализ З. Фрейда.</p> <p>2. «Философия жизни»: А.Шопенгауэр, Ф. Ницше. Детерминизм и свобода воли.</p> <p>3. Герменевтика: В. Дильтей, Г.-Г. Гадамер.</p> <p>4. Экзистенциальная философия: М. Хайдеггер, Ж.-П. Сартр, В.Э. Франкл.</p>	2
7.	<p>Семинар 7. Русская философия. Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Характерные особенности и периодизация русской философии.</p> <p>2. Древнерусская философия: проблематика и представители. Митрополит Илларион. Спор иосифлян и нестяжателей о статусе церкви. Старец Филофей. Теория «Москва третий Рим».</p> <p>3. Русское Просвещение. М.В. Ломоносов, А.Н. Радищев, Г.С. Сковорода.</p> <p>4. Русская философия XIX – XX вв.: основные направления и проблематика. Славянофилы и западники, консерватизм, космизм, философия всеединства. Персонализм Н.А. Бердяева.</p> <p>5. Современная русская философия.</p>	2
8.	<p>Семинар 8. Философия бытия.</p> <p>1. Предмет онтологии. История онтологических учений. Современные онтологические концепции: «критическая онтология» Н. Гартмана; «фундаментальная онтология» М. Хайдеггера; «экзистенциально-феноменологическая онтология» Ж.-П. Сартра; «онтология языка» (Л. Витгенштейн, Ж. Деррида).</p> <p>2. Формы бытия, их взаимосвязь.</p>	2

	<p>3. Концепции бытия: материализм, идеализм, дуализм.</p> <p>4. Сознание, его сущность, структура и основные характеристики.</p> <p>5. Философское осмысление природы.</p>	
9.	<p>Семинар 9. Философия человека.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Предмет и направления философской антропологии. Антропологические учения в истории философии.</p> <p>2. Научные и религиозные теории антропогенеза.</p> <p>3. Смысл и цель жизни.</p> <p>4. Смысл смерти.</p> <p>5. Ценности человеческого бытия.</p>	2
10.	<p>Семинар 10. Философия личности.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Индивид, индивидуальность, личность. Критерии личности.</p> <p>2. Формирование личности.</p> <p>3. Понятие инфантильности.</p> <p>4. Личность и общество.</p> <p>5. Свобода и ответственность личности.</p>	
11.	<p>Семинар 11. Философия познания.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Предмет и понятия гносеологии. Объект и субъект познания. Знание как результат познания. Знание и вера.</p> <p>2. Структура познавательного процесса. Виды и формы познания. Области и методы познания.</p> <p>3. Проблема истины в философии. Относительная и абсолютная истина.</p> <p>4. Практика и ее роль в познании.</p> <p>5. Проблема познаваемости мира.</p>	2
12.	<p>Семинар 12. Основы этики.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Понятие морали, ее сущность и функции.</p> <p>2. Категории морали.</p> <p>3. Этика как философская наука о морали.</p> <p>4. Этический принцип как жизненная позиция человека. Эгоизм, альтруизм, гедонизм, аскетизм.</p> <p>5. Этика спорта.</p>	2
13.	<p>Семинар 13. Социальная философия.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Предмет и функции социальной философии. Социальная философия в системе обществознания.</p> <p>2. Общество как социальная система.</p> <p>3. Основные сферы жизни общества, их взаимосвязь.</p> <p>4. Государство и гражданское общество.</p> <p>5. Проблема общественного прогресса.</p>	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	Лекция 1. Предмет и структура философского знания. 1. Определения философии, ее предмет. 2. Происхождение философии. Философия как любовь к мудрости. 3. Функции философии. 4. Структура философского знания.	2
2.	Лекция 2. Философия бытия. 1. Предмет и основные понятия онтологии. 2. Формы бытия. Концепции бытия. 3. Сознание, его сущность, структура и характеристики. 4. Философское осмысление природы.	2
3.	Лекция 3. Философия человека. 1. Предмет и основные направления философской антропологии. 2. Научные и религиозные теории антропогенеза. 3. Биологическое и социальное в природе человека. 4. Смысл и цель жизни.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание семинаров</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Семинар 1. Предмет и структура философского знания. Вопросы для обсуждения: 1. Определения философии и ее предмет. 2. Функции философии. Философия как любовь к мудрости. 3. Происхождение философии. 4. Структура философского знания. 5. Роль философии в жизни человека и общества.	2
2	Семинар 2. Философские проблемы бытия и человеческого существования. 1. Предмет онтологии. Онтологические проблемы в истории философских учений. 2. Формы бытия. Концепции бытия. 3. Предмет и направления философской антропологии. 4. Смысл и цель жизни. Смысл смерти. 5. Ценности человеческого бытия.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины «Философия»:

ОСНОВНАЯ:

1. Балашов, Л.Е. Философия : учебник / Л.Е. Балашов. – 4-е изд., испр. и доп. – Москва : Дашков и К°, 2018. – 612 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573117>
2. Крюков, В. В. Философия : учебник для вузов / В. В. Крюков. — 4-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06271-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453394>
3. Руденко, А.М. Философия в схемах и таблицах : учебное пособие для студентов вузов / А.М. Руденко. - 4-е изд. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2019. - 382 с.
4. Спиркин, А. Г. Философия в 2 ч. Часть 1 : учебник для вузов / А. Г. Спиркин. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 402 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02014-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/451889>
5. Спиркин, А. Г. Философия в 2 ч. Часть 2 : учебник для вузов / А. Г. Спиркин. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 185 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02016-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/451890>
6. Философия : учебник и практикум для академического бакалавриата по гуманитарным направлениям и специальностям : в 2 т. Т. 1 : История философии / Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации ; под ред. В. Н. Лавриненко. - 7-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2019. - 273, [2] с.
7. Философия : учебник и практикум для академического бакалавриата по гуманитарным направлениям и специальностям : в 2 т. Т. 2 : Основы философии. Социальная философия. Философская антропология / Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации ; под ред. В. Н. Лавриненко. - 7-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2019. - 281, [2] с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Алексеев, П.В. Философия в схемах и определениях : учебное пособие / П.В. Алексеев; Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, Философский факультет. - Москва : Проспект, 2017. - 111, [1] с. : ил.
2. Батурин, В.К. Философия: учебник для бакалавров / В.К. Батурин. – Москва : Юнити, 2016. – 343 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426490>
3. Голубинцев, В.О. Философия для технических вузов [Текст] : учебник / В.О. Голубинцев, А.А. Данцев, В.С. Любченко. - Изд. 7-е, стер. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2013. - 502, [1] с.
4. Губин, В.Д. Философия [Текст] : учебник / под ред. В. Д. Губина, Т. Ю. Сидориной. - 5-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 812 с.
5. Канке, В.А. Современная философия [Текст] : учебник / В.А. Канке. - 5-е изд., стер. - Москва : Омега-Л, 2014. - 329 с.

6. Канке, В.А. Философия. Исторический и систематический курс [Текст] : учебник / В.А. Канке. - Изд. 5-е, перераб. и доп. - Москва : Логос, 2015. - 375 с. : ил.
7. Кохановский, В.П. Философия [Текст] : конспект лекций : учебное пособие / В.П. Кохановский, Л.В. Жаров, В.П. Яковлев. - 16-е изд., стер. - Москва : Кнорус, 2013. - 191 с.
8. Марков, Б.В. Философия [Текст] : учебник / Б.В. Марков. - Санкт-Петербург : Питер, 2017. - 426 с.
9. Медведева, О.А. Философия [Электронный ресурс] : учебное пособие / О.А. Медведева. - СПб. : [б. и.], 2014. – 166 с.. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
10. Миронов, В.В. Философия [Текст] : учебник / В.В. Миронов; Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова. - Москва : Проспект, 2017. - 238, [1] с.
11. Философия [Текст] : учебник / Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова ; под ред. А. Ф. Зотова, В. В. Миронова, А. В. Разина. - 6-е изд., перераб. и доп. - Москва : Проспект : Изд-во Московского ун-та, 2013. - 669, [1] 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.пф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link is external))
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link is external))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](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 №421 (4 этаж, нежилое помещение №2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45шт, 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 L1719S1400-1шт.

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 №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.

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

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

ХОККЕЙ НА ПОЛУ

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

Направленность (профиль):

Адаптивный спорт

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:
Адаптивный спорт

 Аксенов А.В.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«19» 06 2019 г., протокол № 14

Зав. кафедрой  Аксенов А.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

«10» 06 2019 г., протокол № 14

Авторы-разработчики:

Доцент каф. ТиМАС Терентьева И.Г.

Ст. преп. каф. ТиМАС Терентьев Ф.В.

Санкт-Петербург 2019

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	
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 работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической	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

	<p>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</p> <p>УК – 7.2</p> <p>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.</p> <p>УК-7.3.</p> <p>Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, основах</p>	<p>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</p> <p>Умеет:</p> <p>- 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.</p> <p>Имеет опыт:</p> <p>- 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</p>
--	--	--

	<p>здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использованию 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.</p>	<p>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.</p>
--	--	---

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 (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	16				16				
Промежуточная аттестация (зачет)	6				6				
Самостоятельная работа студента									
Общая трудоемкость	часы				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 (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	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 хоккеистов	Техника владения клюшкой. Техника владения шайбой. Техника владения клюшкой и шайбой. Техника бросков, передачи шайбы. Техника передвижения с шайбой. Техника отбора, вбрасывания шайбы.	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

			<p>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.</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 игроков. Игра в защите. Игра в нападении.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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

		<p>результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.	<p>Практическое занятие №1. Техническая подготовка хоккеистов</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p>	2

	Правила игры «Хоккей на полу»	
1.	Практическое занятие №2. Техническая подготовка хоккеистов Вопросы для обсуждения: Техника владения клюшкой. Техника владения шайбой.	2
1.	Практическое занятие №3. Техническая подготовка хоккеистов Вопросы для обсуждения: Техника бросков, передачи шайбы.	2
1.	Практическое занятие №4. Техническая подготовка хоккеистов Вопросы для обсуждения: Техника передвижения с шайбой	2
1.	Практическое занятие №5. Техническая подготовка хоккеистов Вопросы для обсуждения: Техника отбора, вбрасывания шайбы.	2
2.	Практическое занятие №6. Тактика командной игры Вопросы для обсуждения: Расстановка 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 хоккеистов Вопросы для обсуждения: Техника владения клюшкой. Техника владения шайбой. Техника владения клюшкой и шайбой. Техника бросков, передачи шайбы. Техника передвижения с шайбой. Техника отбора, вбрасывания шайбы.	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 (модуля):

ОСНОВНАЯ:

1. 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.
2. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.А. Васюкевич, Л.А. Дворнякова, А.А. Зайцев [и др.]; под общ. ред. А. А. Зайцева. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 226, [1] с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. 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>
2. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С.П. Евсеев. - Москва : Спорт, 2016. - 614, [1] с. : ил.
3. 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.
4. 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, Кафедра теории и методики спортивных игр. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2017. – 108 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. 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. 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.
7. Рубцов, А.В. Адаптивный спорт : учебное пособие / А.В. Рубцов. - Москва : Колос-с, 2018. - 176, [2] 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](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.пф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. 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.

Дисциплина «Хоккей на полу» требует использования специального спортивного инвентаря для игры в хоккей на полу: клюшки и шайбы. 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 профилактической медицины и основ здоровья

Рабочая программа дисциплины (модуля)

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):
Адаптивный спорт

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
Адаптивный спорт

 Аксенов А.В.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«19» 06 2019 г., протокол № 11

Зав. кафедрой  д.м.н., проф. Р.Б. Цаллагова

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» 06 2019 г., протокол № 14

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

Санкт-Петербург 2019

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	<p>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.</p> <p>ОПК-8.2. Умеет: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в</p>	<p>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.</p> <p>Умеет:</p>

	<p>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</p> <p>ОПК-8.3.</p> <p>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.</p>	<p>- 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</p> <p>Имеет опыт:</p> <p>- 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.</p>
--	---	---

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		12					12				
В том числе:											
Занятия лекционного типа		4					4				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		8					8				
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		4					4				
Самостоятельная работа студента		92					92				
<i>Выполнение контрольной работы</i>		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-	Острый и хронический гастрит. Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки. Острый и хронический холецистит. ЖКБ. Острые и	Умеет: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и

	билиарной системы	хронические гепатиты. Циррозы печени. Острый и хронический панкреатит. Дисфункции кишечника: колиты, энтериты, синдром раздраженного кишечника.	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	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	Нарушения мозгового кровообращения:	Знает: - основные понятия,

центральной нервной системы	ишемический и геморрагический инсульт. Черепно-мозговая травма и опухоли головного мозга. Центральный и периферический паралич: спастические и вялые параличи и парезы.	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.
-----------------------------	---	---

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
10.	Лекция № 10. Заболевания центральной нервной системы	2
11.	Лекция № 11. Травмы центральной нервной системы	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
1.	Гипертоническая болезнь и симптоматические артериальные гипертензии. Атеросклероз.	2
2.	Ишемическая болезнь сердца. Пороки сердца. Ревматизм. Сердечная недостаточность.	2
3.	Острый бронхит и острая пневмония. Хронический бронхит и хроническая пневмония. Бронхиальная астма. Хроническая обструктивная болезнь легких.	2
4.	Туберкулез легких, легких, пневмосклероз, эмфизема.	2

	Нагноительные заболевания легких: абсцесс, бронхоэктатическая болезнь, плеврит.	
5.	Острый и хронический гастрит. Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки. Острый и хронический панкреатит. Дисфункции кишечника: колиты, энтериты, синдром раздраженного кишечника.	2
6.	Острый и хронический холецистит. ЖКБ. Острые и хронические гепатиты. Циррозы печени.	2
7.	Острый и хронический пиелонефрит. Острый и хронический гломерулонефрит. Почечно-каменная болезнь, нефроптоз, цистит.	2
8.	Нарушения функции щитовидной железы (гипертиреоз, гипотиреоз), сахарный диабет.	2
9.	Постгеморрагические, железодефицитные, гемолитические, апластические и мегалобластные анемии.	2
10.	Деформирующий остеоартроз, остеопороз. Остеохондроз позвоночника.	2
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.	Нарушения мозгового кровообращения: ишемический и геморрагический инсульт.	2
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

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Лекция № 1. Заболевания сердечно-сосудистой системы	2
2.	Лекция № 2. Заболевания бронхо-легочной системы	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
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.	Острый и хронический пиелонефрит. Почечно-каменная болезнь.. Нарушения функции щитовидной железы (гипертиреоз, гипотиреоз), сахарный диабет.	2
3.	Деформирующий остеоартроз, остеопороз. Остеохондроз позвоночника. Понятие о травме и травматической болезни, закрытые и открытые повреждения мягких тканей.	2
4.	Нарушения мозгового кровообращения: ишемический и геморрагический инсульт. Черепно-мозговая травма и опухоли головного мозга.	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 (модуля):

ОСНОВНАЯ:

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: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500385>
2. Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 325 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12603-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/449010>
3. Долгих, В. Т. Патолофизиология. Иммунология. Тесты : учебное пособие для вузов / В. Т. Долгих, О. В. Корпачева. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 307 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11257-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456850>
4. Тарасова, О.Л. Частная патология : курс лекций : учебное пособие / 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>
5. Частная патология : учебник / под общ. ред. С. Н. Попова. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Академия, 2014. - 264, [1] с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Долгих, В. Т. Патолофизиология. В 2 т. Том 1. Общая патолофизиология : учебник и практикум для вузов / В. Т. Долгих. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 371 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11893-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455692>
2. Долгих, В. Т. Патолофизиология. В 2 т. Том 2. Частная патолофизиология : учебник и практикум для вузов / В. Т. Долгих, О. В. Корпачева, А. В. Ершов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 351 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12047-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/457118>
3. Ланская, О.В. Частная патология мочевыделительной системы : учебное пособие / О. В. Ланская; Великолукская государственная академия физической культуры. - Великие Луки : [б. и.], 2011. – 79, [1] с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лисовский, В.А. Частная патология (внутренние болезни) : учебное пособие / В.А. Лисовский, В.Ю. Голофеевский. - М. : Сов.спорт, 2004. - 278 с.
5. Макарова, Г.А. Спортивная медицина : учебник / Г.А. Макарова. - [3-е изд., стереотип.]. - Москва : Сов. спорт, 2008. - 478 с. : ил.
6. Недзьведь, М.К. Патологическая анатомия : учебник / М.К. Недзьведь, Е.Д. Черствый. – Минск : Вышэйшая школа, 2015. – 681 с. : ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=452754>

7. 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.
8. Патологическая физиология : учебник / Ф.И. Висмонт, А.В. Чантурия, Н.А. Степанова и др. ; под ред. Ф.И. Висмонта. – 2-е изд., стер. – Минск : Вышэйшая школа, 2019. – 640 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=560690>
9. 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.

5. 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](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](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\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №419 (4 этаж, нежилое помещение №1) – Специализированная мебель: Учебный стол-42шт, скамья-42шт., 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 RAMECSTORMWXPrROdm 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 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 (2 этаж, нежилое помещение №29) – Специализированная мебель: Учебный стол-15 шт.; скамья-15 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: Доска меловая-1шт., Проектор ОРТОМА DX319р, ПК HP 260 G3 Mini i3 7130U/4Gb/SSD256Gb/HDG620/DOS/kb/m/черный, Микроскоп бинокулярный "БИОМЕД-3"

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.

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 теории и методики адаптивной физической культуры

Рабочая программа дисциплины

ЧАСТНЫЕ МЕТОДИКИ 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):

Адаптивный спорт

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

Адаптивный спорт

 Аксенов А.В.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«12» 06 2019 г., протокол № 20

Зав. кафедрой  Евсеев С.П.

Рекомендована решением

Учебно-методического совета

«20» 06 2015 г., протокол № 14

Авторы-разработчики:

*Евсеев С.П., зав. кафедрой ТиМАФК, д-р пед. наук,
профессор, член-корреспондент РАО*

*Евсеева О.Э., директор Института АФК, д-р пед. наук,
профессор*

Шелехов А.А., декан ФОТ АФК, канд. пед. наук

Непахов И.Г., доцент каф. ТиМАФК, канд. пед. наук

*Ладыгина Е.Б., профессор каф. ТиМАФК, канд. пед. наук,
доцент*

Заходзякина К.Ю., доцент каф. ТиМАФК, канд. пед. наук

Ковалева Ю.А., доцент каф. ТиМАФК, канд. пед. наук

Никифорова Н.В. ст. преподаватель каф. ТиМАФК

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 и 3 курсе (4, 5, 6 семестрах) по очной и по заочной форме обучения на 3 и 4 курсе (5, 6, 7 семестрах). Вид промежуточной аттестации: по очной форме - зачет – 4 семестр, экзамен – 5, 6 семестр, по заочной форме – зачет – 5 семестр, экзамен – 6, 7 семестр.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
Обучение лиц с отклонениями в состоянии здоровья	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
Обучение лиц с отклонениями в состоянии здоровья	ОПК-3. Способен обосновывать выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием специальных знаний и способов их рационального применения в специальных медицинских группах в организациях общего и среднего профессионального образования.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	ОПК -2.1 Знает: - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре;	Знает: - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре;
	ОПК-2.2. Умеет: - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся	Умеет: - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся

	<p>ОПК-2.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; 	<p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией;
ОПК-3	<p>ОПК-3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; - показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; - технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; - показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; - технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей.
	<p>ОПК-3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; - использовать аппаратуру для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека; - применять методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей; 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; - использовать аппаратуру для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека; - применять методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей
	<p>ОПК-3.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик 	<p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик

адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров; - применения методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей;	адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров; - - применения методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей;
--	--

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры			
		4	5	6	7
Контактная работа преподавателей с обучающимися	144	36	54	54	
В том числе:					
Занятия лекционного типа	54	14	20	20	
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	90	22	34	34	
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	60	6	27	27	
Самостоятельная работа студента	120	30	27	63	
<i>Выполнение курсовой работы</i>	36				
Общая трудоемкость	часы	324	72	108	144
	зачетные единицы	9	2	3	4

заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры				
		5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися	38	10	14	14		
В том числе:						
Занятия лекционного типа		4	6	6		
Занятия семинарского типа (семинары,		6	8	8		

практические занятия)						
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	22	4	9	9		
Самостоятельная работа студента	264	58	85	121		
В том числе: контрольная работа	30	10	10	10		
<i>Выполнение курсовой работы</i>	36					
Общая	часы	324	72	108	144	
трудоемкость	зачетные единицы	9	2	3	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	ВВЕДЕНИЕ В ДИСЦИПЛИНУ		
1.1	Введение в дисциплину частные методики адаптивной физической культуры	Цель, задачи и место учебной дисциплины в подготовке специалиста по АФК. Предпосылки построения частных методик адаптивной физической культуры. Методология частных методик адаптивной физической культуры.	Знает: - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья. Имеет опыт: - овладения профессиональной терминологией;
2. ЧАСТНЫЕ МЕТОДИКИ АФК С ЛИЦАМИ С СЕНСОРНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ			
2.1	Психолого - педагогическая характеристика детей с нарушением речи. Особенности психического и физического развития детей с нарушением речи. Характеристика нарушений двигательной сферы при различных формах речевых расстройств.	Понятие, классификация и причины нарушений речи. Особенности психического и физического развития детей с нарушением речи. Психофизиологические механизмы развития речевых функций у детей. Функции речи. Особенности психической деятельности и развития психических процессов; особенности физического развития, двигательных способностей, физической подготовленности и функционального состояния детей с нарушением речи. Типичные нарушения психомоторного развития дошкольников независимо от	Знает: - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья. Умеет: - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом

		<p>форм речевого расстройства и характерные - учетом речевого нарушения. Компетенции логопеда и педагога по адаптивной физической культуре в коррекции двигательных, дыхательных, голосовых и артикуляционных нарушений.</p>	<p>особенностей занимающихся. Имеет опыт: - овладения профессиональной терминологией; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний.</p>
2.2	<p>Методика адаптивного физического воспитания детей с нарушением речи. Оценка эффективности занятий.</p>	<p>Общие и специальные задачи адаптивного физического воспитания детей с нарушением речи, средства и методы их решения. Формы организации адаптивной физической культуры. Содержание и коррекционная направленность игровой деятельности. Мониторинг показателей развития мелкой моторики пальцев рук, способности к сохранению равновесия, параметров внешнего и речевого дыхания.</p>	<p>Знает: - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; - показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей. Умеет: - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные</p>

			<p>методики с учетом особенностей занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать аппаратуру для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека; - применять методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - применения средств, методов, приемов, технических средств и
--	--	--	--

			тренажеров; - применения методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей.
1.	Медико-психолого-педагогическая характеристика детей с нарушением зрения	Характеристика основных зрительных функций, структура глаза. Офтальмологические заболевания, наиболее часто встречающиеся у детей дошкольного и школьного возраста. Особенности психического детей с нарушением зрения. Особенности физического развития и двигательных нарушений. Сопутствующие заболевания, характерные для детей с нарушением зрения.	Знает: - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья. Умеет: - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся. Имеет опыт: - овладения профессиональной терминологией; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний.
2.	Методика адаптивного физического воспитания детей с депривацией зрения	Задачи и средства адаптивного физического воспитания. Коррекционная направленность адаптивного физического воспитания. Методы и методические приемы обучения,	Знает: - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - психофизические

		<p>коррекции и развития. АФК в системе специального обучения лиц с нарушением зрения. Врачебно-педагогический контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Использование сохранных анализаторов в процессе адаптивного физического воспитания. Коррекционная направленность подвижных игр для детей с нарушением зрения. Спортивные игры для незрячих. Формы повышения двигательной активности детей с нарушением зрения.</p>	<p>особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся; - использовать аппаратуру для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека; - применять методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных
--	--	--	---

			<p>программ;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров; - применения методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей.
3.	Медико-психолого-педагогическая характеристика детей с нарушением слуха.	<p>Характеристика нарушений слуха. Причины нарушений слуха. Анатомо-физиологическая характеристика нарушений слуха. Взаимосвязь слухового и вестибулярного анализаторов. Компенсаторные механизмы нарушения слуха. Классификация нарушений слуха. Особенности развития психических процессов. Особенности физического, функционального состояния лиц с</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и

		<p>нарушением слуха. Характеристика физической подготовленности лиц со слуховой депривацией. Нарушение координационных способностей, речи, познавательной деятельности. Трудности обучения двигательным действиям.</p>	<p>подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладения профессиональной терминологией; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний.
4.	<p>Методика адаптивного физического воспитания детей со слуховой депривацией</p>	<p>Общие и специальные задачи, средства и методы их решения для разных возрастных групп. Формы организации адаптивной физической культуры для лиц с нарушением слуха. Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением слуха различных возрастных групп. Способы коммуникаций в процессе занятий физическими упражнениями с глухими и слабослышащими детьми. Содержание и коррекционная направленность игровой деятельности. Методика обучения плаванию детей с нарушением слуха. Активизация познавательной деятельности детей с депривацией слуха средствами адаптивной физической культуры. Виды и содержание адаптивного спорта лиц с нарушениями слуха.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; - показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и

			<p>подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся; - использовать аппаратуру для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека; - применять методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств
--	--	--	---

			<p>обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров; - применения методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей.
ЧАСТНЫЕ МЕТОДИКИ АФК В РАБОТЕ С ЛИЦАМИ С НАРУШЕНИЕМ ИНТЕЛЛЕКТА			
5. –	<p>Психофизические особенности лиц с умственной отсталостью и. классификация</p>	<p>Причины возникновения нарушений интеллектуального развития у детей. Характеристика структуры и проявлений основного дефекта</p> <p>Конкретизация задач адаптивного физического воспитания в соответствии с особенностями психофизического развития детей с нарушениями интеллекта</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладения

			профессиональной терминологией;
6._	Особенности занятий адаптивной физической культурой лиц с интеллектуальными нарушениями	<p>Современные методы организации обучения и воспитания детей с нарушениями интеллектуального развития в области физической культуры в России и за рубежом</p> <p>Методические основы планирования занятий по адаптивной физической культуре для детей с нарушениями интеллекта</p> <p>Социализация детей с нарушениями интеллекта средствами адаптивного спорта (на примере Специального Олимпийского движения).</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладения профессиональной

			терминологией; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров; ;
ЧАСТНЫЕ МЕТОДИКИ АФК ДЛЯ ЛИЦ С НАРУШЕНИЕМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА			
7.	Болезни нервной системы – причины возникновения и симптомы.	Характеристика и причины заболеваний нервной системы. Признаки поражения нервной системы. Заболевания нервной системы.	Знает: - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; Умеет: - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; Имеет опыт: - овладения профессиональной
8.	Классификация детского церебрального паралича. Морфофункциональные особенности детей с последствиями церебрального паралича.	Общая характеристика и причины возникновения ДЦП. Классификация ДЦП. Морфофункциональные особенности опорно-двигательного аппарата детей с последствиями церебрального паралича.	Знает: - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов

			<p>при регулировании психофизической нагрузки;</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладения профессиональной
9.	<p>Сравнительная характеристика психомоторного развития здорового ребенка и ребенка с угрозой церебрального паралича в первый год жизни.</p>	<p>Особенности психомоторного развития детей в первый год жизни.</p> <p>Позотонические рефлексы новорожденных.</p> <p>Основные признаки нарушений нервной системы.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей

			<p>занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся;</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладения профессиональной терминологией; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров;
10.	<p>Профилактика вторичных отклонений. Влияние занятий адаптивной физической культуры на опорно-двигательный аппарат детей с последствиями церебрального паралича.</p>	<p>Особенности применение упражнений, направленных на профилактику вторичных отклонений. Коррекция двигательных нарушений детей с ДЦП Особенности адаптивного физического воспитания детей с ДЦП.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; -технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и

			<p>технической подготовленности людей</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами
--	--	--	---

			заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров;
11.	Особенности обучения технике локомоторной функции детей с последствиями церебрального паралича.	Особенности построения и содержания уроков АФК и занятий ЛФК у детей с ДЦП. Особенности применения упражнений и тренажеров для обучения локомоторной функции на занятиях АФК с детьми с различными формами ДЦП.	Знает: - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; -технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей Умеет: - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся;

			<p>- дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся;</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - применения средств, методов, приемов,
--	--	--	--

			<p>технических средств и тренажеров; приложения методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей;</p>
12.	<p>Технические средства реабилитации для детей с ДЦП</p>	<p>Традиционные и нетрадиционные средства реабилитации на занятиях АФК.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; -технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные

			<p>методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся;</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров;
--	--	--	---

			применения методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей;
13.	<p>Классификация ампутаций конечностей и аномалий развития конечностей. Морфофункциональные особенности после ампутации конечностей</p>	<p>Причины ампутации. Классификация ампутаций в зависимости от уровня повреждения. Классификация аномалий развития конечностей. Последствия ампутаций верхних и нижних конечностей. Контрактуры. Морфофункциональные особенности опорно-двигательного аппарата после ампутации верхних/нижних конечностей. Причины возникновения фантомных болей. Особенности детских культей. этапы физической реабилитации после ампутации конечностей.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического

			<p>развития занимающихся;</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладения профессиональной терминологией; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров;
14.	<p>Особенности занятий физической культурой на этапе подготовки к протезирования</p>	<p>Требования к культуре. Что такое порочная культура. Применение изометрических физических упражнений для формирования культуры. Применение фантомно-импульсной гимнастики и зеркальной терапии. Формирование опороспособности культуры верхней и нижней конечности. Формирование движений в сохранных суставах средствами АФК (физические упражнения на суше, в воде, игровые упражнения, эрготерапевтические упражнения). Задачи, решаемые на этапе подготовки к протезированию</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; -технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории

			<p>занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - применения средств,
--	--	--	--

			методов, приемов, технических средств и тренажеров;
15.	Особенности занятий после ампутации нижних конечностей	<p>Морфофункциональные особенности лиц после ампутации 1 и 2 конечностей (разновысокие ампутации). Коррекция контрактур средствами адаптивной физической культуры. Применение физических упражнений с отягощением, применение тренажеров. Критерии подбора физических упражнений. Особенности толерантности к нагрузке лиц после ампутации конечностей.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; -технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства

			<p>обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся;</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров;
16.	Особенности обучения технике ходьбы на протезе	<p>Биомеханический разбор техники ходьбы. Этапы формирования техники ходьбы. Показания к протезированию. Обучение вставанию на протезе, переносам общего</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические

		<p>центра тяжести стоя на протезе, ходьба на учебном протезе. Приемы страховки и фасилитации ходьбы. Обучение ходьбе по лестнице и преодолению препятствий.</p>	<p>особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; -технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся <p>подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся;</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных
--	--	---	--

			<p>программ;</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладения профессиональной терминологией; - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров; <p>применения методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей;</p>
17.	<p>Особенности физической культуры после ампутации верхней конечности</p>	<p>Морфофункциональные особенности лиц после ампутации верхних конечностей. Формирование компенсаторных механизмов. Коррекция патологических асимметрий опорно-двигательного аппарата.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными

		<p>эрготерапевтические упражнения с использованием культи/протеза.</p>	<p>отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; -технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - овладения
--	--	--	---

			<p>профессиональной терминологией;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров;
18.	<p>Технические средства реабилитации после ампутации конечностей. Протезирование.</p>	<p>Классификация протезов. История эволюции протезной техники. Основные функциональные модули протеза. Виды протезов нижних конечностей. Энергосберегающие стопы. Бионические протезы нижних конечностей. Виды протезной техники верхних конечностей. Косметические протезы, функциональные протезы, биоэлектрические протезы.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической

			<p>нагрузки;</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладения профессиональной терминологией; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров; ; применения методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей;
--	--	--	--

19.	<p>Классификация спинномозговой травмы. Типичные нарушения</p>	<p>Физиология спинного мозга и физиология мышечного сокращения. Причины травм спинного мозга. Классификация травм спинного мозга (уровень, проводимость, вид травмы, ASIA). Типичные нарушения у лиц с ПСМТ. Спастический синдром. Этапы спинномозговой травмы. Задачи адаптивной физической культуры.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладения профессиональной терминологией;
-----	--	--	--

			<p>- применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров;</p> <p>;</p>
20.	<p>Особенности физической культуры на раннем реабилитационном периоде СМТ. Бытовая независимость</p>	<p>Особенности раннего этапа спинномозговой травмы. Задачи адаптивной физической культуры. Обучение навыкам перемещения в кровати лиц с парапарезом/тетрапарезом. Управление креслом-коляской. Преодоление препятствий на кресле-коляске.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; -технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся;

			<p>- дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся;</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - применения средств, методов, приемов,
--	--	--	--

			<p>технических средств и тренажеров; применения методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей;</p>
21.	<p>Обучение основным двигательным действиям лиц с последствиями СМТ</p>	<p>Физиология организации двигательной деятельности. Особенности развития координационных способностей. Этапность восстановления двигательных умений и навыков при парапарезе/тетерапарезе. Этапы онтогенеза. Формирование навыка поворота на бок. Формирование навыка ползания по-пластунски, на четвереньках. Формирование навыка вставания и стояние. Особенности развития силовых способностей и выносливости.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; -технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные

			<p>методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся;</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров;
--	--	--	---

22.	<p>Обучение техники ходьбы лиц с последствиями СМТ</p>	<p>Этапы формирования навыка ходьбы. Варианты техники ходьбы в зависимости от классификации ASIA. Применение ортезов при обучении техники ходьбы.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; -технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей
-----	--	---	--

			<p>психофизического развития занимающихся;</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров; <p>применения методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей;</p>
--	--	--	---

23.	<p style="text-align: center;">Профилактика вторичных нарушений у лиц с последствиями СМТ</p>	<p>Особенности применение упражнений направленных на профилактику контрактур и мышечных укорочений. Кардиотренировка. Применение тренажёров для профилактики гиподинамии.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; -технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей
-----	---	---	--

			<p>психофизического развития занимающихся;</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров;
24.	<p>Организация самостоятельных занятий лиц с СМТ в домашних условиях и в образовательных учреждениях</p>	<p>Особенности двигательного режима лиц с ПСМТ. Ортопедический режим. Виды двигательной активности для лиц с ПСМТ. Паралимпийские виды спорта. Организация адаптивной физической культуры в образовательных учреждениях.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в

		<p>состоянии здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; -технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной
--	--	---

			<p>терминологией;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров; применения методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей;
	ЧАСТНЫЕ МЕТОДИКИ ЛИЦ СО СЛОЖНЫМИ КОМПЛЕКСНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ		
28	Медико-психолого-педагогическая характеристика лиц со сложными нарушениями развития	<p>История развития АФВ детей со сложными нарушениями развития. Характеристика психофизического развития лиц со сложными нарушениями развития. Сопутствующие заболевания и</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными

		<p>вторичные отклонения в состоянии здоровья детей и подростков</p> <p>Особенности развития двигательной сферы и пространственной ориентировки лиц со сложными нарушениями развития.</p> <p>Показания и противопоказания к занятиям физическими упражнениями для лиц со сложными комплексными нарушениями развития.</p>	<p>отклонениями в состоянии здоровья;</p> <p>-показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки;</p> <p>-технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре;</p> <p>- методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся <p>подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей
--	--	---	--

			<p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладения профессиональной терминологией; - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров; - применения методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей;
29	<p>Повышение двигательной активности лиц со сложными нарушениями развития</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Адаптивное физическое воспитание в системе специального образования и социально-реабилитационных центрах для взрослого населения со сложными нарушениями развития. - Организация и обучение навыкам пространственной ориентировки лиц с бисенсорными нарушениями, с нарушением зрения и интеллекта. - Организационно- 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; - показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и

		<p>педагогические условия адаптивного физического воспитания для лиц со сложными комплексными нарушениями развития.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Коррекционная направленность физкультурных занятий с детьми со сложными нарушениями развития. - Формы повышения двигательной активности лиц со сложными комплексными нарушениями развития. - Виды занятий, направленные на повышение двигательной активности детей и подростков со сложными комплексными нарушениями развития. 	<p>методических приемов при регулировании психофизической нагрузки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; - применять методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной
--	--	--	--

			<p>терминологией;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; <p>;</p>
30	<p>Взаимодействие специалиста по АФК с другими субъектами Психолого-педагогического процесса</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Организация занятий физическими упражнениями в условиях надомного обучения детей со сложными комплексными нарушениями развития. - Работа специалиста АФК в междисциплинарной команде. - Консультативно-просветительская работа с семьей, воспитывающей ребенка со сложными нарушениями развития по повышению его двигательной активности в условиях домашнего воспитания 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; <p>Умеет:</p>

			<ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся - подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний
<p>ЧАСТНЫЕ МЕТОДИКИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ ЛИЦ СТАРШЕГО И ПОЖИЛОВОГО ВОЗРАСТА</p>			

31	<p>Основы геронтологии и гериатрии.</p> <p>Физиологические, психические особенности лиц пожилого возраста</p>	<p>Основы геронтологии. История становления геронтологии. Возрастные периодизации. Биологические проблемы старения.</p> <p>Характеристика признаков различных систем и возможных факторов, способных привести к отягощению этого процесса.</p> <p>Виды старения: естественное (физиологическое старение), замедленное (ретардированное) старение, преждевременное старение (патологическое, ускоренное) старение.</p> <p>Основные принципы биоактивации и геропротекции.</p> <p>Характеристика ментальных нарушений в пожилом возрасте.</p> <p>Расстройства ощущения и восприятия. Расстройства мышления. Память и интеллект в пожилом возрасте и их расстройства. Эмоции. Депрессивные расстройства в старости. Сознание и его расстройства. Этический аспект общения с пожилыми людьми.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладения профессиональной терминологией;
32	<p>Организационно-методические и медико-биологические основы занятий адаптивной физической культурой с лицами пожилого и старшего возраста.</p>	<p>Цель, задачи, направленность и роль занятий адаптивной физической культурой с лицами пожилого возраста.</p> <p>Общие представления о механизмах оздоровительного воздействия физических упражнений на организм человека.</p> <p>Понятие гипокинезии и гиподинамии.</p> <p>Основы построения оздоровительной тренировки с людьми пожилого возраста.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и

		<p>Понятие двигательных режимов в процессе занятий физическими упражнениями.</p> <p>Принципы оздоровительной тренировки. Классификация нагрузок. Пороговые и оптимальные нагрузки.</p> <p>Нормирование физических и психических нагрузок в процессе физкультурно-оздоровительных занятий.</p> <p>Врачебный контроль и самоконтроль в процессе физкультурно-оздоровительных занятий с людьми пожилого возраста</p> <p>Профилактика падений в пожилом возрасте.</p>	<p>методических приемов при регулировании психофизической нагрузки;</p> <p>-технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре;</p> <p>- методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - применения теоретических знаний и практических умений при использовании
--	--	---	--

			<p>современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров; <p>применения методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей;</p>
РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ ДЕТЕЙ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ			
33	Особенности общения с семьей воспитывающей ребёнка с отклонениями в состоянии здоровья	<ul style="list-style-type: none"> - Этика общения с родителями, воспитывающими ребенка с отклонениями в состоянии здоровья; - способы и подходы к консультированию и информированию родителей ребёнка с отклонениями в состоянии здоровья; - правила и алгоритм проведения первичной беседы с родителями ребёнка с ОВЗ. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и

			<p>методических приемов при регулировании психофизической нагрузки;</p> <p>-технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре;</p> <p>- методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами
--	--	--	---

			заболеваний;
34	Особенности межличностных отношений в семьях, воспитывающих ребёнка с отклонениями в состоянии здоровья	<ul style="list-style-type: none"> - Модели и стили семейного воспитания реализуемые в семьях, в зависимости от вида нарушения ребенка; - особенности отношений между родителями воспитывающими ребенка с нарушением интеллекта - причины и следствия нарушений внутрисемейного взаимодействия. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией.
35	Стратегии взаимодействия специалиста по адаптивной физической культуре с членами семьи воспитывающей ребёнка с отклонениями в состоянии здоровья	<ul style="list-style-type: none"> - участие родителей в планировании и реализации коррекционно - развивающего маршрута ребенка; - участие родителей в определении цели, задач и этапов коррекционно-развивающей работы с ребенком с отклонениями в 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в

		<p>состоянии здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> - формы и способы вовлечения родителей в процесс адаптивного физического воспитания ребёнка с отклонениями в состоянии здоровья. 	<p>состоянии здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> -показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; -технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; -овладения профессиональной
--	--	---	--

			<p>терминологией;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - применения методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей;
36	Коррекция стиля семейного воспитания и негативных эмоциональных состояний родителя ребёнка с отклонениями в состоянии здоровья	<ul style="list-style-type: none"> - коррекция стиля семейного воспитания; - содействие профилактике возникновения и коррекция негативных эмоциональных состояний родителей детей с ограниченными возможностями здоровья 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - применять методы качественной и количественной оценки

			<p>уровней физической и технической подготовленности людей</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний;
--	--	--	--

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

4 семестр.

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА.

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	<p><i>Лекция 1.</i> Введение в дисциплину частные методики адаптивной физической культуры</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Цель, задачи и место учебной дисциплины в подготовке специалиста по АФК.</p> <p>Предпосылки построения частных методик адаптивной физической культуры.</p>	2
1.	<p><i>Лекция 2.</i> Методология частных методик адаптивной физической культуры.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> концепция и основные положения частных методик адаптивной физической культуры</p>	2
2.1	<p><i>Лекция 3.</i> Психолого - педагогическая характеристика детей с нарушением речи.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Понятие, классификация и причины нарушений речи. Особенности психического и физического развития детей с нарушением речи.</p>	2

2.2	<p><i>Лекция 4. Медико - психолого - педагогическая характеристика детей с нарушением зрения</i></p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Характеристика основных зрительных функций, структура глаза. Офтальмологические заболевания, наиболее часто, встречающиеся у детей дошкольного и школьного возраста. Особенности психического детей с нарушением зрения. Особенности физического развития и двигательных нарушений. Сопутствующие заболевания, характерные для детей с нарушением зрения.</p>	2
2.2	<p><i>Лекция 5. Методика адаптивного физического воспитания детей с депривацией зрения</i></p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Задачи и средства адаптивного физического воспитания. Коррекционная направленность адаптивного физического воспитания. Методы и методические приемы обучения, коррекции и развития.</p>	2
2.3	<p><i>Лекция 6. Медико - психолого - педагогическая характеристика детей с нарушением слуха.</i></p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Характеристика нарушений слуха. Причины нарушений слуха. Анатоми – физиологическая характеристика нарушений слуха. Взаимосвязь слухового и вестибулярного анализаторов. Компенсаторные механизмы нарушения слуха. Классификация нарушений слуха.</p>	2
2.3	<p><i>Лекция 7. Методика адаптивного физического воспитания детей со слуховой депривацией.</i></p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Общие и специальные задачи, средства и методы их решения для разных возрастных групп. Формы организации адаптивной физической культуры для лиц с нарушением слуха.</p>	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
2.1	<p><i>Практическое занятие 1. Речь, как высший моторный акт. Связь между развитием двигательной сферы и развитием речи.</i></p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Психофизиологические механизмы развития речевых функций у детей. Функции речи.</p>	2
2.1	<p><i>Практическое занятие 2. Особенности психического и физического развития детей с нарушением речи.</i></p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Особенности психической деятельности и развития психических процессов: мышления, памяти, внимания, воображения и восприятия учебного материала; особенности физического развития, двигательных способностей, физической подготовленности и функционального</p>	2

	состояния детей с нарушением речи. <u>Текущий контроль 1. Блиц-опрос</u>	
2.1	<i>Практическое занятие 3.</i> Характеристика нарушений двигательной сферы при различных формах речевых расстройств. <i>Обсуждаемые вопросы:</i> Типичные нарушения психомоторного развития дошкольников независимо от форм речевого расстройства. Многообразие нарушений: при афонии (дисфонии), дислалии, ринолалии, дизартрии, тахилалии и брадилалии. Двигательные нарушения при заикании. Особенности нарушений при моторной алалии. Компетенции логопеда и педагога по адаптивной физической культуре в коррекции двигательных, дыхательных, голосовых и артикуляционных нарушений.	2
2.1	<i>Практическое занятие 4.</i> Методика адаптивного физического воспитания детей с нарушением речи. Оценка эффективности занятий. <i>Обсуждаемые вопросы:</i> Общие и специальные задачи адаптивного физического воспитания детей с нарушением речи, средства и методы их решения. Формы организации адаптивной физической культуры. Содержание и коррекционная направленность игровой деятельности. Мониторинг показателей развития мелкой моторики пальцев рук, способности к сохранению равновесия, параметров внешнего и речевого дыхания. <u>Текущий контроль 2. Блиц-опрос</u>	2
2.2	<i>Практическое занятие 5.</i> Организационные аспекты адаптивного физического воспитания детей дошкольного и школьного возраста с нарушением зрения <i>Обсуждаемые вопросы:</i> АФК в системе специального обучения лиц с нарушением зрения. Врачебно-педагогический контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Использование сохранных анализаторов в процессе адаптивного физического воспитания.	2
2.2.	<i>Практическое занятие 6.</i> Методика адаптивного физического воспитания детей с депривацией зрения <i>Обсуждаемые вопросы:</i> Показания и противопоказания к занятиям физическими упражнениями и адаптивным спортом. Особенности регулирования психофизической нагрузки. Методика обучения двигательным действиям слепых и слабовидящих детей. Развитие физических качеств у детей с нарушением зрения. Развитие координационных способностей у детей с нарушением зрения. <u>Текущий контроль 3. Блиц-опрос</u>	2
2.2	<i>Практическое занятие 7.</i> Методика и организация спортивных и подвижных игр с детьми с нарушением зрения <i>Обсуждаемые вопросы:</i> Общие требования к игре. Коррекционная направленность подвижных игр для детей с нарушением зрения. Спортивные игры для незрячих.	2

2.2	<p><i>Практическое занятие 8. Формы повышения двигательной активности детей с нарушением зрения.</i></p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Методика обучения плаванию младших школьников с нарушением зрения. Методика ритмической гимнастики для детей с нарушением зрения. Рекомендации по профилактике, оздоровлению и сохранения остаточного зрения.</p> <p><u>Текущий контроль 4. Блиц-опрос</u></p>	2
2.3	<p><i>Практическое занятие 9 . Характеристика детей с нарушением слуха.</i></p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Особенности развития психических процессов: внимания, восприятия, памяти, эмоционально – волевой сферы Особенности физического, функционального состояния лиц с нарушением слуха. Характеристика физической подготовленности лиц со слуховой депривацией. Нарушение координационных способностей, речи, познавательной деятельности. Трудности обучения двигательным действиям.</p>	2
2.3	<p><i>Практическое занятие 10. Организационные особенности адаптивного физического воспитания детей дошкольного и школьного возраста с нарушением слуха</i></p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Адаптивное физическое воспитание дошкольников с нарушением слуха. Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением слуха школьного возраста. Способы коммуникаций в процессе занятий физическими упражнениями с глухими и слабослышащими детьми.</p> <p><u>Текущий контроль 5. Блиц-опрос</u></p>	2
2.3	<p><i>Практическое занятие 11. Формы повышения двигательной активности лиц с нарушением слуха.</i></p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Содержание и коррекционная направленность игровой деятельности. Методика обучения плаванию детей с нарушением слуха. Активизация познавательной деятельности детей с депривацией слуха средствами адаптивной физической культуры. Виды и содержание адаптивного спорта лиц с нарушениями слуха.</p> <p><u>Рубежный контроль: письменная работа</u></p>	2

5 семестр

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА.

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
	<p><i>Лекция 1. Психофизические особенности лиц с интеллектуальными нарушениями</i></p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> Причины возникновения нарушений интеллектуального развития у детей. Характеристика структуры и проявлений основного дефекта</p>	2

	Конкретизация задач адаптивного физического воспитания в соответствии с особенностями психофизического развития детей с нарушениями интеллекта	
	<p><i>Лекция 2.</i> Особенности занятий адаптивной физической культурой у лиц с интеллектуальными нарушениями.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> Современные методы организации обучения и воспитания детей с нарушениями интеллектуального развития в области физической культуры в России и за рубежом</p> <p>Методические основы планирования занятий по адаптивной физической культуре для детей с нарушениями интеллекта</p>	2
	<p><i>Лекция 3.</i> Социализация лиц с интеллектуальными нарушениями средствами адаптивной физической культуры.</p> <p>Социализация детей с нарушениями интеллекта средствами адаптивного спорта (на примере Специального Олимпийского движения). Спартианские игры, объединенный спорт (unifight).</p>	2
	<p>Лекция 4 ТЕМА: Болезни нервной системы – причины возникновения и симптомы.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> Характеристика и причины заболеваний нервной системы. Признаки поражения нервной системы.3 аболевания нервной системы.</p>	2
	<p>Лекция 5 ТЕМА: Классификация детского церебрального паралича. Морфофункциональные особенности детей с последствиями церебрального паралича.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> Общая характеристика и причины возникновения ДЦП. Классификация ДЦП. Морфофункциональные особенности опорно-двигательного аппарата детей с последствиями церебрального паралича.</p>	2
	<p>Лекция 6 ТЕМА: Сравнительная характеристика психомоторного развития здорового ребенка и ребенка с угрозой церебрального паралича в первый год жизни.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> Особенности психомоторного развития детей в первый год жизни. Позотонические рефлекссы новорожденных.</p> <p>Основные признаки нарушений нервной системы</p>	2
	<p>Лекция 7. Тема: Классификация ампутаций конечностей и аномалий развития конечностей. Морфофункциональные особенности после ампутации конечностей</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> Причины ампутации. Классификация ампутаций в зависимости от уровня повреждения. Классификация аномалий развития конечностей. Последствия ампутаций верхних и нижних конечностей. Морфофункциональные особенности опорно-двигательного аппарата после ампутации верхних/нижних конечностей. Причины возникновения фантомных болей. Особенности детских культур. этапы физической реабилитации после ампутации конечностей.</p>	2

	<p>Лекция 8. Тема: Технические средства реабилитации после ампутации конечностей. Протезирование.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> Классификация протезов. История эволюции протезной техники. Основные функциональные модули протеза. Виды протезов нижних конечностей. Энергосберегающие стопы. Бионические протезы нижних конечностей. Виды протезной техники верхних конечностей. Косметические протезы, функциональные протезы, биоэлектрические протезы.</p>	2
	<p>Лекция 9. Тема: Классификация спинномозговой травмы. Типичные нарушения.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> Физиология спинного мозга и физиология мышечного сокращения. Причины травм спинного мозга. Классификация травм спинного мозга (уровень, проводимость, вид травмы, ASIA). Типичные нарушения у лиц с последствиями СМТ. Спастический синдром. Этапы спинномозговой травмы. Задачи адаптивной физической культуры.</p>	2
	<p>Лекция 10. Тема: Организация самостоятельных занятий лиц с СМТ в домашних условиях и в образовательных учреждениях</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> Особенности двигательного режима лиц с последствиями СМТ в домашних условиях. Соблюдение ортопедического режима. Виды двигательной активности для лиц с послндствиями СМТ. Паралимпийские виды спорта. Организация адаптивной физической культуры в образовательных учреждениях.</p>	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
	<p>Практическое занятие 1. Психофизические особенности лиц с интеллектуальными нарушениями</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> Причины возникновения нарушений интеллектуального развития у детей. Характеристика структуры и проявлений основного дефекта</p> <p>Конкретизация задач адаптивного физического воспитания в соответствии с особенностями психофизического развития детей с нарушениями интеллекта</p>	2
	<p>Практическое занятие 2. Особенности занятий адаптивной физической культурой у лиц с интеллектуальными нарушениями.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> Современные методы организации обучения и воспитания детей с нарушениями интеллектуального развития в области физической культуры в России и за рубежом</p> <p>Методические основы планирования занятий по адаптивной физической культуре для детей с нарушениями интеллекта</p> <p><u>Текущий контроль 1</u></p>	2

	<p>Практическое занятие 3. Социализация лиц с интеллектуальными нарушениями средствами адаптивной физической культуры.</p> <p>Социализация детей с нарушениями интеллекта средствами адаптивного спорта (на примере Специального Олимпийского движения). Спартианские игры, объединенный спорт (unifight).</p>	2
	<p>Практическое занятие 4 Профилактика вторичных отклонений. Влияние занятий адаптивной физической культуры на опорно–двигательный аппарат детей с последствиями церебрального паралича.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> Особенности применение упражнений, направленных на профилактику вторичных отклонений. Коррекция двигательных нарушений детей с ДЦП. Особенности адаптивного физического воспитания детей с ДЦП.</p>	2
	<p>Практическое занятие 5 Особенности обучения технике локомоторной функции детей с последствиями церебрального паралича. Часть 1.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> Особенности построения и содержания уроков АФК и занятий ЛФК у детей с ДЦП.</p> <p>Особенности применения упражнений и тренажеров для обучения локомоторной функции на занятиях АФК с детьми с различными формами ДЦП (спастическая диплегия: тяжелая, средняя и легкая степени).</p>	2
	<p>Практическое занятие 6 Особенности обучения технике локомоторной функции детей с последствиями церебрального паралича. Часть 2.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> Особенности применения упражнений и тренажеров для обучения локомоторной функции на занятиях АФК с детьми с различными формами ДЦП (двойная гемиплегия, правосторонний и левосторонний гемипарезы).</p> <p><u>Текущий контроль 2. Письменное работа.</u></p>	2
	<p>Практическое занятие 7 Особенности обучения технике локомоторной функции детей с последствиями церебрального паралича. Часть 3.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> Особенности применения упражнений и тренажеров для обучения локомоторной функции на занятиях АФК с детьми с различными формами ДЦП (гиперкинетическая и атонически – астотическая формы).</p>	2
	<p>Практическое занятие 8. Технические средства реабилитации для детей с ДЦП</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> Традиционные и нетрадиционные средства реабилитации на занятиях АФК.</p>	2
	<p>Практическое занятие 9. Особенности занятий физической культурой на этапе подготовки к протезированию.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> Требования к культуре. Что такое порочная культура. Применение изометрических физических упражнений для формирования культуры. Применение фантомно-импульсной гимнастики и зеркальной терапии. Формирование опороспособности культуры верхней и нижней конечности. Формирование движений в сохранных суставах средствами АФК (физические упражнения на суше, в воде, игровые</p>	2

	упражнения, эрготерапевтические упражнения). Задачи решаемые на этапе подготовки к протезированию.	
	<p>Практическое занятие 10 Особенности занятий после ампутации нижних конечностей</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы</i> Морфофункциональные особенности лиц после ампутации 1 и 2 конечностей (разновысокие ампутации). Коррекция контрактур средствами адаптивной физической культуры. Применение физических упражнений с отягощением, применение тренажёров. Критерии подбора физических упражнений. Особенности толерантности к нагрузке лиц после ампутации конечностей.</p> <p><u>Текущий контроль 3. Письменное задание</u></p>	2
	<p>Практическое занятие 11 Особенности обучения технике ходьбы на протезе</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы</i> Биомеханический разбор техники ходьбы. Этапы формирования техники ходьбы. Показания к протезированию. Обучение вставанию на протезе, переносам общего центра тяжести стоя на протезе, ходьба на учебном протезе. Приемы страховки и фасилитации ходьбы. Обучение ходьбе по лестнице и преодолению препятствий.</p>	2
	<p>Практическое занятие 12 Особенности физической культуры после ампутации верхней конечности</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы</i> Морфофункциональные особенности лиц после ампутации верхних конечностей. Формирование компенсаторных механизмов. Коррекция патологических асимметрий опорно-двигательного аппарата. эрготерапевтические упражнения с использованием культи/протеза.</p> <p><u>Письменная работа</u></p>	2
	<p>Практическое занятие 13 Особенности физической культуры на раннем реабилитационном периоде СМТ. Бытовая независимость</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы</i> Особенности раннего этапа спинномозговой травмы. Задачи адаптивной физической культуры. Обучение навыкам перемещения в кровати лиц с парапарезом/тетрапарезом. Управление креслом-коляской. Преодоление препятствий на кресле-коляске.</p>	2
	<p>Практическое занятие 14. Обучение основным двигательным действиям</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы</i> Физиология организации двигательной деятельности. Особенности развития координационных способностей. Этапность восстановления двигательных умений и навыков при парапарезе/тетрапарезе. Этапы онтогенеза. Формирование навыка поворота на бок. Формирование навыка ползания по-пластунски, на четвереньках. Формирование навыка вставания и стояние. Особенности развития силовых способностей и выносливости.</p> <p><u>Текущий контроль 4. Ситуативная игра</u></p>	2
	<p>Практическое занятие 15 Обучение техники ходьбы лиц с последствиями СМТ</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы</i> Этапы формирования навыка ходьбы. Варианты</p>	2

	техники ходьбы в зависимости от классификации ASIA. <u>Письменная работа</u>	
	Практическое занятие 16 Обучение техники ходьбы лиц с последствиями СМТ <i>Обсуждаемые вопросы</i> Альтернативные техники ходьбы лиц с последствиями СМТ. Применение ортезной техники в процессе обучения технике ходьбы. <u>Ситуативная игра</u>	2
	Практическое занятие 17 Профилактика вторичных нарушений у лиц с последствиями СМТ <i>Обсуждаемые вопросы</i> Особенности применение упражнений направленных на профилактику контрактур и мышечных укорочений. Кардиотренировка. Применение тренажёров для профилактики гиподинамии. <u>Рубежный контроль. Тестирование</u>	2

6 семестр.

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА.

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
	Лекция 1 Медико-психолого-педагогическая характеристика лиц со сложными нарушениями развития <i>Обсуждаемые вопросы</i> История развития АФВ детей со сложными нарушениями развития. Характеристика психофизического развития лиц со сложными нарушениями развития. Сопутствующие заболевания и вторичные отклонения в состоянии здоровья детей и подростков	2
	Лекция 2 Медико-психолого-педагогическая характеристика лиц со сложными нарушениями развития <i>Обсуждаемые вопросы</i> Особенности развития двигательной сферы и пространственной ориентировки лиц со сложными нарушениями развития. Показания и противопоказания к занятиям физическими упражнениями для лиц со сложными комплексными нарушениями развития.	2
	Лекция 3 Повышение двигательной активности лиц со сложными нарушениями развития <i>Обсуждаемые вопросы</i> - Адаптивное физическое воспитание в системе специального образования и социально-реабилитационных центрах для взрослого населения со сложными нарушениями развития. - Формы повышения двигательной активности лиц со сложными комплексными нарушениями развития. - Виды занятий, направленные на повышение двигательной	2

	активности детей и подростков со сложными комплексными нарушениями развития.	
	<p>Лекция 4 Взаимодействие специалиста по афк с другими субъектами психолого-педагогического процесса</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Организация занятий физическими упражнениями в условиях надомного обучения детей со сложными комплексными нарушениями развития. - Консультативно-просветительская работа с семьей, воспитывающей ребенка со сложными нарушениями развития по повышению его двигательной активности в условиях домашнего воспитания 	2
	<p>Лекция 5 Основы геронтологии и гериатрии</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Основы геронтологии. История становления геронтологии. Возрастные периодизации. Биологические проблемы старения. Характеристика признаков различных систем и возможных факторов, способных привести к отягощению этого процесса. Виды старения: естественное (физиологическое старение), замедленное (ретардированное) старение, преждевременное старение (патологическое, ускоренное) старение.</p> <p>Основные принципы биоактивации и геропротекции.</p> <p>Характеристика ментальных нарушений в пожилом возрасте.</p> <p>Расстройства ощущения и восприятия. Расстройства мышления.</p> <p>Память и интеллект в пожилом возрасте и их расстройства. Эмоции.</p> <p>Депрессивные расстройства в старости. Сознание и его расстройства.</p> <p>Этический аспект общения с пожилыми людьми.</p>	2
	<p>Лекция 6 Организационно-методические и медико-биологические основы занятий адаптивной физической культурой с лицами пожилого и старшего возраста</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Квинтет гериатрии, течение заболеваний в пожилом возрасте, оценка функциональной активности пожилого человека</p> <p>Цель, задачи, направленность и роль занятий адаптивной физической культурой с лицами пожилого возраста.</p> <p>Общие представления о механизмах оздоровительного воздействия физических упражнений на организм человека.</p> <p>Понятие гипокинезии и гиподинамии.</p>	2
	<p>Лекция 7 Организационно-методические и медико-биологические основы занятий адаптивной физической культурой с лицами пожилого и старшего возраста</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы</i></p> <p>Основы построения оздоровительной тренировки с людьми пожилого возраста. Понятие двигательных режимов в процессе занятий физическими упражнениями.</p> <p>Принципы оздоровительной тренировки. Классификация нагрузок.</p>	2

	Пороговые и оптимальные нагрузки. Нормирование физических и психических нагрузок в процессе физкультурно-оздоровительных занятий. Врачебный контроль и самоконтроль в процессе физкультурно-оздоровительных занятий с людьми пожилого возраста Профилактика падений в пожилом возрасте.	
	Лекция 8 Особенности общения с семьей воспитывающей ребёнка с отклонениями в состоянии здоровья <i>Обсуждаемые вопросы</i> - Этика общения с родителями, воспитывающими ребенка с отклонениями в состоянии здоровья; - распространённые ошибки в общении специалиста и родителя ребёнка с ограниченными возможностями здоровья; - способы и подходы к консультированию и информированию родителей ребёнка	2
	Лекция 9. Особенности межличностных отношений в семьях, воспитывающих ребёнка с отклонениями в состоянии здоровья <i>Обсуждаемые вопросы</i> - Модели и стили семейного воспитания, реализуемые в семьях, в зависимости от вида нарушения ребенка; - особенности отношений между родителями, воспитывающими ребенка с отклонениями в состоянии здоровья; - причины и следствия нарушений внутрисемейного взаимодействия.	2
	Лекция 10. Стратегии взаимодействия специалиста по адаптивной физической культуре, междисциплинарной команды с членами семьи воспитывающей ребёнка с отклонениями в состоянии здоровья <i>Обсуждаемые вопросы</i> - участие родителей в планировании и реализации коррекционно - развивающего маршрута ребенка; - вовлечение родителей в процесс адаптивного физического воспитания детей с отклонениями в состоянии здоровья.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА.

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятия</i>	<i>Кол-во часов</i>
	Практическое занятие 1 Медико-психолого-педагогическая характеристика лиц со сложными нарушениями развития <i>Обсуждаемые вопросы:</i> Разбор сложной структуры дефекта на примере мультисенсорных и иных комплексных и сочетанных нарушений	2
	Практическое занятие 2 Особенности развития двигательной сферы и пространственной ориентировки лиц со сложными нарушениями развития. <i>Обсуждаемые вопросы</i> Факторы лимитирующие расширение двигательной сферы лиц со сложными нарушениями развития.	2

	Факторы ограничивающие социализацию лиц с сенсорными нарушениями.	
	Практическое занятие 3 Показания и противопоказания к занятиям физическими упражнениями для лиц со сложными комплексными нарушениями развития. <i>Обсуждаемые вопросы</i> Определение содержания занятия адаптивной физической культурой в соответствии с показаниями и противопоказаниями детей со сложными комплексными нарушениями развития	2
	Практическое занятие 4 Повышение двигательной активности лиц со сложными нарушениями развития <i>Обсуждаемые вопросы</i> Организационно-педагогические условия адаптивного физического воспитания для лиц со сложными комплексными нарушениями развития. Профилактика травматизма на занятиях по АФК с лицами со сложными нарушениями развития	2
	Практическое занятие 5 Коррекционно-развивающая деятельность в адаптивном физическом воспитании детей со сложными комплексными нарушениями развития <i>Обсуждаемые вопросы</i> - Коррекционная направленность физкультурных занятий с детьми со сложными нарушениями развития и их содержание.	2
	Практическое занятие 6 Диагностика физической подготовленности детей со сложными комплексными нарушениями <i>Обсуждаемые вопросы</i> Специфические особенности диагностики уровня физической подготовленности детей со сложными комплексными нарушениями развития. Диагностика уровня развития физических способностей по Л.Н. Ростомашвили.	2
	Практическое занятие 7 Взаимодействие специалиста по афк с другими субъектами психолого-педагогического процесса <i>Обсуждаемые вопросы</i> - Роль специалиста АФК в междисциплинарной команде, осуществляющей работу с ребёнком со сложными комплексными нарушениями развития	2
	Практическое занятие 8 Взаимодействие специалиста по афк с другими субъектами психолого-педагогического процесса <i>Обсуждаемые вопросы</i> - Консультативно-просветительская работа с семьей, воспитывающей ребенка со сложными нарушениями развития по повышению его двигательной активности в условиях домашнего воспитания <u>Текущий контроль 1. Ситуативная игра</u>	2
	Практическое занятие 9. Основы геронтологии и гериатрии. <i>Обсуждаемые вопросы:</i>	2

	<p>Психофизические особенности пожилого человека. Характеристика признаков старения различных систем организма и возможных факторов, способных привести к отягощению этого процесса.</p> <p>Виды старения: естественное (физиологическое старение), замедленное (ретардированное) старение, преждевременное старение (патологическое, ускоренное) старение.</p> <p>Основные теории старения. Механизмы старения: демографические и теоретические аспекты. История теории старения. Свободнорадикальная теория старения. Аутоиммунное старение. Термодинамические модели старения. Математические модели старения и смертности</p>	
	<p>Практическое занятие 10 Оценка состояния здоровья пожилого человека.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Квинтет гериатрии, течение заболеваний в пожилом возрасте, оценка функциональной активности пожилого человека. Распространенные болезни в пожилом возрасте. Качество жизни пожилого человека. Ментальные нарушения в пожилом возрасте. Оценка качества жизни пожилого человека. Разбор клинического случая.</p> <p>Основные принципы биоактивации и геропротекции.</p> <p>Биологические способы борьбы с преждевременным старением: ограничение питания, энтеросорбция, физическая нагрузка, снижение температуры тела, сон, гипобиоз, акупунктура, восточные психотехники и другие.</p> <p><u>Доклад</u></p>	2
	<p>Практическое занятие 11 Система организации гериатрической службы и медико-социальной работы с пожилыми и старыми людьми</p> <p>Виды гериатрической службы (гериатрические центры, стационарные учреждения, отделения медико-социальной помощи, дома-интернаты, пансионаты, санатории и др.). Модели социального обслуживания пожилых людей. Комплексные центры социального обслуживания населения. Структура, цели, задачи работы с пожилым контингентом. Социальное обслуживание на дому, отделения дневного пребывания.</p>	2
	<p>Практическое занятие 12. Особенности общения и ухода за пожилым человеком. Понимание проблем пожилого человека.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы</i></p> <p>Роль специалистов АФК и физических терапевтов в работе с пожилым человеком. Требования к специалистам, обслуживающим пожилых людей. Требования к специалистам, обслуживающим пожилых людей. Уход за пожилым человеком. Формы организации и особенности ухода за пожилым человеком:</p> <ul style="list-style-type: none"> - особенности общения и ухода за пожилыми людьми с ментальными нарушениями в стационаре; - особенности общения и ухода за пожилыми людьми с нормальной психикой в стационаре; 	2

	<p>- особенности общения и ухода за пожилыми людьми в домашних условиях;</p> <p>- особенности общения и ухода за пожилыми людьми в домах престарелых.</p> <p>Техника перемещений в процессе ухода за пожилым человеком. Особенности сна пожилого человека. Личная гигиена в пожилом возрасте. Правила общения с пожилыми людьми (умение устанавливать контакт, доброта и честность, бескорыстность и сострадание, умение слушать, умение закончить разговор и т.п.)</p> <p>Деонтология в социальной работе с пожилыми людьми.</p> <p>Значение врачебного контроля и самоконтроля в процессе занятий адаптивной физической культурой с людьми пожилого возраста.</p> <p>Оценка физического состояния лиц пожилого возраста.</p> <p>Методы оценки функционального состояния сердечнососудистой, дыхательной и нервной систем человека.</p> <p>Методы оценки состояния опорно-двигательного аппарата.</p> <p>Дневник самоконтроля и его значение для контроля процесса занятий адаптивной физической культурой.</p> <p><u>Ситуативная игра</u></p>	
	<p>Практическое занятие 13 Профилактика падений человека пожилого возраста. Профилактика падений пожилого человека.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Проблема падений среди пожилых людей. Причины падений.</p> <p>Предотвращение падений, повышение степени подвижности, безопасная среда.</p>	2
	<p>Практическое занятие 14 Физкультурно-оздоровительная работа с людьми пожилого и старшего возраста с применением средств адаптивной физической культуры.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Особенности физкультурно-оздоровительной работы с людьми пожилого возраста. Характеристика физкультурно-оздоровительной работы с лицами пожилого и старшего возраста. Структуры реализации физкультурно-оздоровительной работы с лицами пожилого и старшего возраста. Основные принципы физкультурно-оздоровительной работы (доступности, комплексности воздействий, многоаспектальности, индивидуализации, контроля нагрузки). Ведущие цели и основные задачи контроля нагрузки при проведении физкультурно-оздоровительной работы. Основные составляющие контроля физического состояния лиц пожилого и старшего возраста при планировании физкультурно-оздоровительной работы. Регулирование нагрузки при проведении физкультурно-оздоровительной работы. Основные компоненты нагрузки. Принципы и правила контроля физических и психических нагрузок: систематичность и регулярность физических нагрузок, динамичность физических нагрузок, постепенность увеличения физических</p>	2

	<p>нагрузок, дозирование физических нагрузок, Индивидуализация физических нагрузок, доступность физических нагрузок, комплексность физических и психических нагрузок, «дозировка» эмоций, техника безопасности. Проблема выбора средств адаптивной физической культуры. Необходимость комплексного подхода при их подборе и использовании. Традиционные оздоровительные системы в сохранении активного долголетия человека (отечественные и восточные). Инновационные технологии адаптивной физической культуры в практике работы с пожилыми людьми.</p> <p>Рекреативные виды двигательной активности для пожилых людей.</p> <p>Нормирование нагрузки в процессе занятий физическими упражнениями.</p> <p>Профилактика травматизма при занятиях физическими упражнениями с лицами пожилого возраста.</p> <p><u>Текущий контроль 2. Ситуативная игра</u></p>	
	<p>Практическое занятие 15 Особенности общения с семьей воспитывающей ребёнка с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - правила и алгоритм проведения первичной беседы с родителями ребёнка с ОВЗ; - способы и подходы к консультированию и информированию родителей ребёнка - этика общения с родителями, воспитывающими ребенка с отклонениями в состоянии здоровья 	2
	<p>Практическое занятие 16 Коррекция стиля семейного воспитания и негативных эмоциональных состояний родителя ребёнка с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - коррекция стиля семейного воспитания; - содействие профилактике возникновения и коррекция негативных эмоциональных состояний родителей детей с ограниченными возможностями здоровья <p><u>Текущий контроль 3 Ситуативная игра</u></p>	2
	<p>Практическое занятие 17 Стратегии взаимодействия специалиста по адаптивной физической культуре, междисциплинарной команды с членами семьи воспитывающей ребёнка с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы</i></p> <p>участие родителей в определении цели, задач и этапов коррекционно-развивающей работы с ребенком с отклонениями в состоянии здоровья;</p> <p>формы и способы вовлечения родителей в процесс адаптивного физического воспитания ребёнка с отклонениями в состоянии здоровья.</p> <p><u>Рубежный контроль</u></p>	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

5 семестр

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА.

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	<p><i>Лекция 1.</i> Введение в дисциплину частные методики адаптивной физической культуры</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы</i></p> <p>Цель, задачи и место учебной дисциплины в подготовке специалиста по АФК.</p> <p>Предпосылки построения частных методик адаптивной физической культуры.</p>	2
2.	<p><i>Лекция 2.</i> Методика адаптивного физического воспитания детей с сенсорными нарушениями</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Общие и специальные задачи адаптивного физического воспитания детей с нарушением зрения, слуха, речи, средства и методы их решения для разных возрастных групп. Коррекционная направленность адаптивного физического воспитания. Методы и методические приемы обучения, коррекции и развития. Формы организации адаптивной физической культуры для лиц с сенсорными нарушениями</p>	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
2.1	<p>Практическое занятие 1. Методика адаптивного физического воспитания детей с нарушением речи.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Общие и специальные задачи адаптивного физического воспитания детей с нарушением речи, средства и методы их решения. Формы организации адаптивной физической культуры. Содержание и коррекционная направленность игровой деятельности. Мониторинг показателей развития мелкой моторики пальцев рук, способности к сохранению равновесия, параметров внешнего и речевого дыхания.</p> <p><u>Текущий контроль 1 - Блиц-опрос</u></p>	2
2.2	<p>Практическое занятие 2. Методика адаптивного физического воспитания детей с депривацией зрения</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Показания и противопоказания к занятиям физическими упражнениями и</p>	2

	адаптивным спортом. Особенности регулирования психофизической нагрузки. Методика обучения двигательным действиям слепых и слабовидящих детей. Развитие физических качеств у детей с нарушением зрения. Развитие координационных способностей у детей с нарушением зрения. <u>Текущий контроль 2 - Блиц-опрос</u>	
2.3	<i>Практическое занятие 3.</i> Методика адаптивного физического воспитания детей с нарушением слуха <i>Обсуждаемые вопросы:</i> Адаптивное физическое воспитание дошкольников с нарушением слуха. Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением слуха школьного возраста. Способы коммуникаций в процессе занятий физическими упражнениями с глухими и слабослышащими детьми. <u>Текущий контроль 3- Блиц-опрос</u>	2
	<u>РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ. (5-10 баллов)</u> <u>КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА (15-30 баллов)</u>	

7 семестр

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА.

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
	<i>Лекция 1.</i> Особенности занятий адаптивной физической культурой у лиц с интеллектуальными нарушениями. <i>Обсуждаемые вопросы:</i> Современные методы организации обучения и воспитания детей с нарушениями интеллектуального развития в области физической культуры в России и за рубежом Методические основы планирования занятий по адаптивной физической культуре для детей с нарушениями интеллекта	2
	Лекция 2 ТЕМА: Классификация детского церебрального паралича. Морфофункциональные особенности детей с последствиями церебрального паралича. <i>Обсуждаемые вопросы:</i> Общая характеристика и причины возникновения ДЦП. Классификация ДЦП. Морфофункциональные особенности опорно-двигательного аппарата детей с последствиями церебрального паралича.	2
1.	Лекция 3. Тема: Классификация спинномозговой травмы. Типичные нарушения. <i>Обсуждаемые вопросы:</i> Физиология спинного мозга и физиология мышечного сокращения. Причины травм спинного мозга. Классификация травм спинного мозга (уровень, проводимость, вид травмы, ASIA). Типичные нарушения у лиц с последствиями СМТ. Спастический синдром. Этапы спинномозговой травмы. Задачи адаптивной физической культуры.	2

--	--	--

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
	<p>Практическое занятие 1. Особенности занятий адаптивной физической культурой у лиц с интеллектуальными нарушениями.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> Современные методы организации обучения и воспитания детей с нарушениями интеллектуального развития в области физической культуры в России и за рубежом</p> <p>Методические основы планирования занятий по адаптивной физической культуре для детей с нарушениями интеллекта</p> <p><u>Текущий контроль 1</u></p>	2
	<p>Практическое занятие 2. Особенности обучения технике локомоторной функции детей с последствиями церебрального паралича.</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i> Особенности построения и содержания уроков АФК и занятий ЛФК у детей с ДЦП.</p> <p>Особенности применения упражнений и тренажеров для обучения локомоторной функции на занятиях АФК с детьми с различными формами ДЦП.</p> <p><u>Текущий контроль 2. Письменное задание.</u></p>	2
	<p>Практическое занятие 3 Обучение основным двигательным действиям</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы</i> Физиология организации двигательной деятельности. Особенности развития координационных способностей. Этапность восстановления двигательных умений и навыков при парапарезе/тетрапарезе. Этапы онтогенеза. Формирование навыка поворота на бок. Формирование навыка ползания по-пластунски, на четвереньках. Формирование навыка вставания и стояние. Особенности развития силовых способностей и выносливости. Этапы формирования навыка ходьбы. Варианты техники ходьбы в зависимости от классификации ASIA</p> <p><u>Текущий контроль 3 Ситуативная игра</u></p>	2
1	<p>Практическое занятие 4 Особенности занятий после ампутации нижних конечностей</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы</i> Морфофункциональные особенности лиц после ампутации 1 и 2 конечностей (разновысокие ампутации). Коррекция контрактур средствами адаптивной физической культуры. Применение физических упражнений с отягощением, применение тренажеров. Показания к протезированию.</p>	2

	Обучение вставанию на протезе, переносам общего центра тяжести стоя на протезе, ходьба на учебном протезе. Приемы страховки и фасилитации ходьбы. Обучение ходьбе по лестнице и преодолению препятствий.	
	<u>РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ.</u>	
	<u>КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА</u>	

7 семестр

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
	<p>Лекция 1 Медико-психолого-педагогическая характеристика лиц со сложными нарушениями развития</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы</i></p> <p>История развития АФВ детей со сложными нарушениями развития. Характеристика психофизического развития лиц со сложными нарушениями развития. Сопутствующие заболевания и вторичные отклонения в состоянии здоровья детей и подростков</p>	2
	<p>Лекция 2 Основы геронтологии и гериатрии</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Основы геронтологии. История становления геронтологии. Возрастные периодизации. Биологические проблемы старения. Характеристика признаков различных систем и возможных факторов, способных привести к отягощению этого процесса. Виды старения: естественное (физиологическое старение), замедленное (ретардированное) старение, преждевременное старение (патологическое, ускоренное) старение.</p> <p>Основные принципы биоактивации и геропротекции.</p> <p>Характеристика ментальных нарушений в пожилом возрасте. Расстройства ощущения и восприятия. Расстройства мышления. Память и интеллект в пожилом возрасте и их расстройства. Эмоции. Депрессивные расстройства в старости. Сознание и его расстройства. Этический аспект общения с пожилыми людьми.</p>	2
	<p>Лекция 3 Особенности общения с семьей воспитывающей ребёнка с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p><i>Обсуждаемые вопросы</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Этика общения с родителями, воспитывающими ребенка с отклонениями в состоянии здоровья; - распространённые ошибки в общении специалиста и родителя ребёнка с ограниченными возможностями здоровья; - способы и подходы к консультированию и информированию родителей ребёнка 	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
	<p>Практическое занятие 1 Особенности развития двигательной сферы и пространственной ориентировки лиц со сложными нарушениями развития. <i>Обсуждаемые вопросы</i></p> <p>Факторы лимитирующие расширение двигательной сферы лиц со сложным нарушениями развития.</p> <p>Факторы ограничивающие социализацию лиц с сенсорными нарушениями.</p>	2
	<p>Практическое занятие 2 Повышение двигательной активности лиц со сложными нарушениями развития <i>Обсуждаемые вопросы</i></p> <p>- Организация и обучение навыкам пространственной ориентировки лиц с бисенсорными нарушениями, с нарушением зрения и интеллекта</p> <p>Текущий контроль 1 ситуационная игра</p>	2
	<p>Практическое занятие 3. Физкультурно-оздоровительная работа с людьми пожилого и старшего возраста с применением средств адаптивной физической культуры. <i>Обсуждаемые вопросы:</i></p> <p>Особенности физкультурно-оздоровительной работы с людьми пожилого возраста. Характеристика физкультурно-оздоровительной работы с лицами пожилого и старшего возраста. Структуры реализации физкультурно-оздоровительной работы с лицами пожилого и старшего возраста. Основные принципы физкультурно-оздоровительной работы (доступности, комплексности воздействий, многоаспектальности, индивидуализации, контроля нагрузки). Ведущие цели и основные задачи контроля нагрузки при проведении физкультурно-оздоровительной работы. Основные составляющие контроля физического состояния лиц пожилого и старшего возраста при планировании физкультурно-оздоровительной работы. Регулирование нагрузки при проведении физкультурно-оздоровительной работы. Основные компоненты нагрузки. Принципы и правила контроля физических и психических нагрузок: систематичность и регулярность физических нагрузок, динамичность физических нагрузок, постепенность увеличения физических нагрузок, дозирование физических нагрузок, Индивидуализация физических нагрузок, доступность физических нагрузок, комплексность физических и психических нагрузок, «дозировка» эмоций, техника безопасности. Проблема выбора средств адаптивной физической культуры. Необходимость комплексного подхода при их подборе и использовании. Традиционные оздоровительные системы в сохранении активного долголетия человека (отечественные и восточные). Инновационные технологии адаптивной физической культуры в практике работы с пожилыми людьми.</p> <p>Текущий контроль 2. Ситуативная игра</p>	2
	<p>Практическое занятие 17 Стратегии взаимодействия специалиста по адаптивной физической культуре, междисциплинарной команды с членами семьи воспитывающей ребёнка с отклонениями в состоянии здоровья</p>	2

	<p><i>Обсуждаемые вопросы</i></p> <p>Участие родителей в определении цели, задач и этапов коррекционно-развивающей работы с ребенком с отклонениями в состоянии здоровья.</p> <p>Формы и способы вовлечения родителей в процесс адаптивного физического воспитания ребёнка с отклонениями в состоянии здоровья.</p> <p><u>Текущий контроль 3</u></p>	
	<p><u>РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ.</u></p> <p><u>КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА</u></p>	

Приложение 1. Фонд оценочных средств по дисциплине.

Приложение 2. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.

ОСНОВНАЯ:

1. Михайлова, Е.Я. Адаптивное физическое воспитание детей с нарушениями речи : учебное пособие / Е.Я. Михайлова, Д.Н. Саратова, О.Э. Евсева. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 126 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Синельникова, Т.В. Адаптивная физическая культура для лиц с нарушением интеллектуального развития : учебное пособие / Т.В. Синельникова, Л.В. Харченко ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2018. – 120 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563136>
3. 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. Евсева, Е.Б. Ладыгина [и др.]. - СПб. : [б. и.], 2018. – 118 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Сапего, А.В. Частные методики адаптивной физической культуры : учебное пособие / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. Полковников ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 228 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278924>
5. Токарская, Л. В. Методика преподавания физической культуры детям и подросткам с умственной отсталостью : учебное пособие для вузов / Л. В. Токарская, Н. А. Дубровина, Н. Н. Бабийчук. — Москва : Издательство Юрайт, 2020 ; Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та. — 190 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06126-0 (Издательство Юрайт). — ISBN 978-5-7996-1905-3 (Изд-во Урал. ун-та). — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453286>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсева, Е.Б. Ладыгина [и др.]; под общ. ред. С. П. Евсева. - Москва : Советский спорт, 2014. - 297 с. : ил.
2. 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.
3. Бегидова, Т.П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие / Т.П. Бегидова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2019. - 190, [1] с. : ил.
4. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С.П. Евсеев. - Москва : Спорт, 2016. - 614, [1] с. : ил.
5. Инновационные технологии адаптивной физической культуры, физической культуры спорта в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсева, 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. Евсева. - [3-е изд., испр. и доп.]. - Санкт-Петербург : [Галлея принт], 2013. - 274, [1] с. : ил.

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. Ладыгина, Е.Б. Частные методики адаптивной физической культуры для лиц пожилого и старшего возраста : учеб.-метод. пособие / Е.Б. Ладыгина, О.Э. Евсева, А.В. Антонова. - СПб. : [б. и.], 2010. -119 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 8. 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. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278495>
 9. 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.
 10. Ростомашвили, Л.Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития : учебное пособие / Л.Н. Ростомашвили. - Москва : Советский спорт, 2015. - 163, [1] с. : ил.
 11. 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
- 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](http://libnauka.ru)
 - [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
 - [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
 - Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.пф/>
 - Российское образование <http://www.edu.ru/>
 - Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
 - Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link is external)
 - Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link is external)
 - Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](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 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.
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)- 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.
4. 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

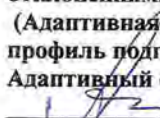
ЭРГОТЕРАПИЯ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

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):
Адаптивный спорт

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
Адаптивный спорт
 Аксенов А.В.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«19» 06 2019 г., протокол № 14

Зав. кафедрой  Аксенов А.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» 06 2019 г., протокол № 14

Авторы-разработчики:
к.п.н., доцент, заф. кафедрой ТиМАС Аксенов А.В.
д.п.н., профессор., проф. кафедры ТиМАС Евсеева О.Э.

Санкт-Петербург 2019

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.	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

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, 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

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

	<p>умений; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы</p> <p>УК-3.3. Имеет опыт: - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>процессе физкультурно-спортивной деятельности.</p>
<p>ОПК-2.</p>	<p>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;</p> <p>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</p> <p>ОПК-2.3. Имеет опыт: - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - опытом обобщения и анализа информации.</p>	<p>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;</p> <p>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</p> <p>Имеет опыт: - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - опытом обобщения и анализа информации.</p>

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	
	зачетные единицы							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
	зачетные единицы									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. Умеет:

			<ul style="list-style-type: none"> - использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности; - обобщения и анализа информации.
2.	Тема 2. Эрготерапевтические средства	<p>Общая характеристика средств эрготерапии. Клинико-физиологическое обоснование применения средств эрготерапии у лиц с двигательными нарушениями. Эрготерапевтические средства, применяемые 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</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - предмет, цель, роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - функции и средства общения. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладения профессиональной терминологией; - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности.

		<p>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.</p>	
3.	<p>Тема 3. Эрготерапия в педиатрии и гериатрии</p>	<p>Место и значение эрготерапии в индивидуальной программе реабилитации детей с различными нозологическими 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.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - предмет, цель, роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - функции и средства общения. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладения профессиональной терминологией; - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности.
4.	<p>Тема IV. Эрготерапия в ортопедии</p>	<p>Эрготерапевтическое обследование лиц при травмах и</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы убеждения, аргументации своей позиции;

		<p>заболеваниях опорно-двигательного аппарата.</p> <p>Эрготерапия при травмах и заболеваниях плечевого и локтевого сустава.</p> <p>Эрготерапия при дистрофических поражениях позвоночника.</p> <p>Эрготерапия при ампутациях конечностей.</p> <p>Эрготерапия лиц с позвоночно-спинномозговой травмой.</p> <p>Эрготерапия при эндопротезировании тазобедренного сустава.</p>	<p>- предмет, цель, роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности; - составления индивидуальных программ.
--	--	---	---

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА
ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	<p>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.</p>	2
1.	<p>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.</p>	2
2.	<p>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.</p>	2
3.	<p>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.</p>	2
3.	<p>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.</p>	2
4.	<p>Лекция №6. Эргатерапия 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.</p>	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
2.	<p>Практическое занятие №1.Эрготерапевтические средства, применяемые для тренировки мелкой моторики.</p> <p>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.</p>	2
2.	<p>Практическое занятие №2.Правила подбора и особенности применения вспомогательных средств для тренировки повседневных навыков бытового самообслуживания.</p> <p>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.</p>	2
2.	<p>Практическое занятие №3.Эрготерапевтические средства, применяемые для тестирования и тренировки внимания, памяти и мышления. Эрготерапевтические средства, применяемые для тестирования у лиц с сенсорными нарушениями.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Тесты двигательного развития ребенка с поражением мозга. Нейрофизиологические методики терапии (методика Бабатова, сенсорно-интеграционная терапия).</p>	2
2.	<p>Практическое занятие №4.Профессионально-ориентационный, диагностический и тренирующий аспект трудотерапии. Терапия занятостью. Творчество в эрготерапии.</p> <p>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.</p>	2
3.	<p>Практическое занятие №5.Эрготерапия при ДЦП. Эрготерапия у детей с нарушением интеллектуального развития. Эрготерапия у детей с нарушением эмоционально-волевой сферы (ранним детским аутизмом).</p> <p>Вопросы для обсуждения: Тесты двигательного развития ребенка с поражением мозга. 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.</p>	2
3.	<p>Практическое занятие №6. Эрготерапия незрячих и слабовидящих. Эрготерапия у детей с нарушением слуха и речи. Эрготерапия при заболеваниях с прогрессирующей мышечной атрофией.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Характеристика наиболее часто встречающихся заболеваний, приводящих к слепоте. Понятие о слепоте и ее классификация у незрячих. Эрготерапевтические средства, применяемые у незрячих.</p>	2

	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.	
3.	<p>Практическое занятие №7. Учет возрастных изменений при оказании эрготерапевтической помощи пожилым людям. Организация свободного времени пожилых людей.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>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.</p>	2
3.	<p>Практическое занятие №8. Эрготерапия при дистрофических поражениях позвоночника. Эрготерапия лиц с позвоночно-спинномозговой травмой.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>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.</p>	2
4.	<p>Практическое занятие №9. Эрготерапия при травмах и заболеваниях плечевого и локтевого сустава. Эрготерапия при ампутациях конечностей. Эрготерапия при эндопротезировании тазобедренного сустава.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>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 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.</p>	2

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 ПРАКТИЧЕСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание семинаров	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 (модуля):

ОСНОВНАЯ:

1. Бурякин, Ф.Г. Физкультурно-оздоровительные технологии укрепления здоровья и коррекции телосложения : учебное пособие / Ф.Г. Бурякин. - Москва : РУСАЙНС, 2021. - 327, [1] с. : ил.
2. 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. Евсева, Е.Б. Ладыгина [и др.]. - СПб. : [б. и.], 2018. – 118 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. 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, 2020. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453942>
4. 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. Егорова, С.А. Физическая реабилитация : учебное пособие / С.А. Егорова, А.Л. Ворожбитова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». – Ставрополь : СКФУ, 2014. – 176 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457230>
2. Сотников, Л.В. Коррекция нарушений двигательных функций у больных, перенесших острое нарушение мозгового кровообращения, немедикаментозными методами на санаторном этапе реабилитации : учебное пособие / Л.В. Сотников ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина». – Елец : Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2011. – 66 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272307>
3. Стельмашонок, В.А. Основы реабилитации, физиотерапии, массажа и лечебной физкультуры : учебное пособие / В.А. Стельмашонок, Н.В. Владимирова. – Минск : РИПО, 2015. – 328 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=463688>
4. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / авт.-сост. О.Э. Евсева, С.П. Евсеев ; под общ. ред. С.П. Евсева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367>
5. 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>

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\(link isexternal\)](http://elibrary.rsl.ru(link isexternal))
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- 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.

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 В 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):
Адаптивный спорт

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
Адаптивный спорт

 Аксенов А.В.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«17» 06 2019 г., протокол № 20

Зав. кафедрой  Евсеев С.П.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» 06 2019 г., протокол № 14

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 2019

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)**
ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Универсальные компетенции	
нет	
Общепрофессиональные компетенции	
нет	
Профессиональные компетенции	
ПК – 2 Способен проводить информационные и профилактические антидопинговые мероприятия	

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: -- международные стандарты области противодействия применению допинга в спорте; - Международные антидопинговые правила и стандарты; - Антидопинговое законодательство Российской Федерации; - Современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий.	Знает: - международные стандартов области противодействия применению допинга в спорте; - Международные антидопинговые правила и стандарты; - Антидопинговое законодательство Российской Федерации; - Современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий.
	ПК-2.2. Умеет: - Выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - составлять план проведения мероприятий; Изучать и систематизировать информацию по организации и обеспечению антидопинговых программ; - Представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам.	Умеет: - Выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - составлять план проведения мероприятий; Изучать и систематизировать информацию по организации и обеспечению антидопинговых программ; - Представлять информационные материалы по информационным антидопинговым

	<p>ПК-2.3. Имеет опыт: - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий; - подбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; - анализа эффективности проведения мероприятий по акту</p>	<p>программам. Имеет опыт: - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий; - подбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; - анализа эффективности проведения мероприятий по акту</p>
--	--	--

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	22				22				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	26				26				
Промежуточная аттестация (зачет)	6				6				
Самостоятельная работа студента	54				54				
Общая трудоемкость	часы			108					
	зачетные единицы			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)	4				4					
Самостоятельная работа студента	96				96					
Общая трудоемкость	часы			108						
	зачетные единицы			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.	«Этика профессионального общения»	<p>Понятие об этике. Служебная этика и этикет. Деловая этика и этикет.</p> <p>Общение как социально-психологический механизм взаимодействия в профессиональной деятельности.</p> <p>Этические проблемы допинга.</p> <p>Виды общения. Невербальные средства коммуникации.</p> <p>Противоречия, возникающие в процессе профессиональной деятельности.</p> <p>Понятие конфликта. Типология конфликта. Принципы и методы управления конфликтом.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - международные стандарты области противодействия применению допинга в спорте; - Международные антидопинговые правила и стандарты; - Антидопинговое законодательство Российской Федерации; - Современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - составлять план проведения мероприятий; Изучать и систематизировать информацию по организации и обеспечению антидопинговых программ; - Представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятий; - анализа эффективности проведения мероприятий по акту

2.	<p>«Особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре»</p>	<p>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</p>	<p>Знает: - международные стандарты области противодействия применению допинга в спорте; - Международные антидопинговые правила и стандарты; - Антидопинговое законодательство Российской Федерации; - Современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий. Умеет: - Выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - составлять план проведения мероприятий; Изучать и систематизировать информацию по организации и обеспечению антидопинговых программ; - Представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам. Имеет опыт: - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий; - подбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; - анализа эффективности проведения мероприятий по акту</p>
3.	<p>«Способы коммуникации с лицами, имеющими</p>	<p>Общие и специфические этические требования общения с лицами, имеющими</p>	<p>Знает: - Современные методики составления</p>

	отклонения в состоянии здоровья»	отклонения в состоянии здоровья.	<p>просветительских программ и информационных мероприятий.</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - составлять план проведения мероприятий; Изучать и систематизировать информацию по организации и обеспечению антидопинговых программ; - Представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий; - подбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятий; - анализа эффективности проведения мероприятий по акту
--	----------------------------------	----------------------------------	--

3.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	Лекция №1. Введение в дисциплину «Этика в профессиональной деятельности» Происхождение профессиональной этики. Сущность понятий «этика», «мораль». История развития данных понятий (Аристотель, И.Кант, К.Маркс и др.). Общие сведения об этической культуре. Профессионализм как нравственная черта личности. Виды профессиональной этики. Понятия: человек, индивид, личность. Типологическое разделение людей. Проявления личности в поведении и трудовой деятельности.	2
1	Лекция №2. Служебная этика и этикет. Деловая этика и этикет. Характеристика понятий «деловая этика» и «Этикет». Основные принципы делового этикета. Нормы этикета.	2
1	Лекция № 3. Общение как социально-психологический механизм взаимодействия в профессиональной деятельности. Виды общения. Характеристика делового общения. Вербальные средства коммуникации. Нравственно-психологические аспекты отношений в коллективе. Особенности отношений в коллективе.	2
1	Лекция № 4. Противоречия, возникающие в процессе профессиональной деятельности. Противоречия между личностью и внешними условиями жизнедеятельности. Внутриличностные противоречия. Противоречие между сложившимися свойствами, качествами личности и объективными требованиями профессиональной деятельности. Этические проблемы допинга	2
1	Лекция № 5. Понятие конфликта. Типология конфликта. Принципы и методы управления конфликтом. Природа и причины конфликтов. Типология конфликтов. Разрешение конфликтов. Типы поведения участников конфликта.	2
2	Лекция № 6. 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 № 7. 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 № 8. Понятие о «синдроме выгорания» и его профилактика.	2

	Характеристика синдрома профессионального выгорания и условия его появления. Стадии профессионального выгорания и группы риска. Профилактика профессионального выгорания и рекомендации.	
3	Лекция № 9. 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.)	2
3	Лекция № 10. Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья. 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. Особенности общения с детьми с СДВГ. Приемы общения с аутичным ребенком.	2
3	Лекция № 11. Эффективное профессиональное общение. Коммуникативные трудности с учетом типа нарушения и рекомендации по эффективному взаимодействию с занимающимися.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
1	Практическое занятие №1. Основы этики. Психологическая и этическая структура личности <i>вопросы для обсуждения:</i> 1. Врожденные индивидуально- психологические свойства личности как основа для формирования черт характера. 2. Характер. Его социально-профессионально значимые черты. 3. Профессиональные способности и их формирование. 4. Социально- психологические установки как фактор, формирующий специфические особенности восприятия и оценки поведения окружающих. 5. Стереотипы восприятия, их формирование. 6. Профилактика формирования отрицательных стереотипов и установок.	2
1	Практическое занятие №2. Виды общения. Невербальные средства коммуникации. <i>вопросы для обсуждения:</i> 1. Понятие общения. Функции, виды и средства общения 2. Функции общения: информативная, регулятивная, коммуникативная. 3. Виды общения: общение непосредственное (прямое) и опосредованное (косвенное). 4. Общение межличностное и групповое. 5. Общение ролевое (формализованное) и доверительное (неформальное). 6. Средства общения. Речь как средство общения. Требования к речи работника общественного питания: темп, ритм, интонация и информационная насыщенность речи. 7. Невербальные средства общения: пантомимика, направление взгляда или зрительный контакт, выражение глаз и лица, позы,	2

	<p>изменение поз относительно словесного текста, расстояние до собеседника, угол поворота к нему, личное пространство.</p> <p>8. Вспомогательные средства общения (особенности телосложения, средства изменения природного телосложения).</p> <p>9. 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.</p>	
1	<p>Практическое занятие № 3. Общение как межличностное взаимодействие.</p> <p><i>вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 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. 2. 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. 3. Факторы, осложняющие общение в процессе занятий адаптивной физической культурой организациях 4. Ролевые ожидания и их несовпадения. 5. Общие принципы поведения человека. Процессы, определяющие поведение личности (первый- оценка ситуации; второй- формирование и осуществление реакции на ситуацию). 	2
1	<p>Практическое занятие № 4. Противоречия, возникающие в процессе профессиональной деятельности. Особенности отношений в коллективе.</p> <p><i>вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Противоречия между личностью и внешними условиями жизнедеятельности 2. Внутрличностные противоречия. Противоречие между сложившимися свойствами, качествами личности и объективными требованиями профессиональной деятельности. 	2
1	<p>Практическое занятие №5. Понятие конфликта. Типология конфликта. Принципы и методы управления конфликтом.</p> <p><i>вопросы для обсуждения:</i></p> <p>Виды конфликтов.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Типы поведения личности в конфликте. 2. Типы поведения участников конфликта и стратегия его разрешения (деловая игра). 	2
2	<p>Практическое занятие №6 Требования к профессиональным качествам специалиста по адаптивной физической культуре.</p> <p><i>вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особенности профессиональной деятельности специалиста АФК. 2. Профессионально важные качества личности специалиста АФК. 	2
2	<p>Практическое занятие №7. Понятие о стрессе, дистрессе. Факторы, вызывающие стресс.</p> <p><i>вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Стресс, его проявления. 2. Факторы, вызывающие стресс. 	2

2	<p>Практическое занятие № 8. Формы разрядки нервно-эмоционального напряжения. Основы саморегуляции.</p> <p><i>вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Аутогенная тренировка (проведение занятия). 2. Другие формы разрядки нервно-эмоционального напряжения. Медитация. Массаж. Сон. 	2
2	<p>Практическое занятие №9. Понятие о «синдроме выгорания» и его профилактика.</p> <p><i>вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Стадии профессионального выгорания. 2. Симптомы профессионального выгорания. 3. Профилактика профессионального выгорания (работа в малых группах) 	2
3	<p>Практическое занятие №10. Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.</p> <p><i>вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Общие и специфические этические требования общения с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья (терминологические, к вербальному и невербальному поведению и др.) 2. Внешние проявления синдрома раннего детского аутизма (РДА). Классификация РДА (по Лебединской К.С., Лебединскому В.В., Никольской О.С.) 	2
3	<p>Практическое занятие №11. Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья в зависимости от нозологии.</p> <p><i>вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особенности общения с лицами с умственной отсталостью. 2. Особенности общения с детьми с ЗПР. 3. Особенности общения с лицами с нарушениями слуха. 4. Особенности общения с лицами с нарушениями зрения. 5. Особенности общения с детьми с СДВГ. 6. Приемы общения с аутичным ребенком. 	2
3	<p>Практическое занятие №12. Эффективное профессиональное общение.</p> <p><i>вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Коммуникативные трудности у лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья. 2. Развитие коммуникативных умений у детей на уроке адаптивного физического воспитания (с учетом нарушений развития). 	2
3	<p>Практическое занятие №13. Эффективное профессиональное общение.</p> <p><i>вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Коммуникативные трудности с лицами пожилого и старшего возраста в процессе занятий адаптивной физической культурой. 2. 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	<p>Лекция №1. Введение в дисциплину «Этика в профессиональной деятельности». Служебная этика и этикет. Деловая этика и этикет.</p> <p>Происхождение профессиональной этики. Сущность понятий «этика», «мораль». История развития данных понятий (Аристотель, И.Кант, К.Маркс и др.). Общие сведения об этической культуре. Профессионализм как нравственная черта личности. Виды профессиональной этики. Понятия: человек, индивид, личность. Типологическое разделение людей. Проявления личности в поведении и трудовой деятельности. Характеристика понятий «деловая этика» и «этикет». Основные принципы делового этикета. Нормы этикета.</p>	2
2	<p>Лекция № 2. Общение как социально-психологический механизм взаимодействия в профессиональной деятельности. Требования к профессиональным качествам специалиста по адаптивной физической культуре.</p> <p>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».</p>	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
3	<p>Семинар №10. Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.</p> <p><i>вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Общие и специфические этические требования общения с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья (терминологические, к вербальному и невербальному поведению и др.). 2. Особенности общения с лицами с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья в зависимости от нозологии. 	2
3	<p>Семинар №12. Эффективное профессиональное общение.</p> <p><i>вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Коммуникативные трудности у лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья. 2. Развитие коммуникативных умений у детей на уроке адаптивного физического воспитания (с учетом нарушений развития). 3. Коммуникативные трудности с лицами пожилого и старшего возраста в процессе занятий адаптивной физической культурой. Этические нормы общения с пожилыми людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья 	2

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. 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. - Омск : Изд-во СибГУФК, 2012. – 276 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Ягодин, В. В. Основы спортивной этики : учебное пособие для вузов / В. В. Ягодин ; под научной редакцией З. В. Сенук. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 113 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09548-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454921>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Белгородцева, Э.И. Основы педагогической и спортивной этики : учебник / Э.И. Белгородцева, Н.В. Кожевникова; под общ. ред. В. И. Криличевского. - Москва : Кнорус, 2018 [т. е. 2017]. - 285, [1] с.
2. Белгородцева, Э.И. Основы педагогической и спортивной этики : учебное пособие. Часть 1 / Э.И. Белгородцева, Н.В. Кожевникова; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации. - СПб. : [б. и.], 2010. – 131 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ
3. Белгородцева, Э.И. Основы педагогической и спортивной этики : учебное пособие. Часть 2 / Э.И. Белгородцева, Н.В. Кожевникова. - СПб. : [б. и.], 2010. – 155 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ
4. Дусенко, С.В. Профессиональная этика и этикет : учебное пособие / С.В. Дусенко. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Академия, 2012. - 223 с.
5. Ермакова, Ж. Профессиональная этика и этикет: практикум : учебное пособие / Ж. Ермакова, О. Тетерятник, Ю. Холодилина ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Оренбургский государственный университет», Кафедра управления персоналом, сервиса и туризма. – Оренбург : ОГУ, 2013. – 104 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=259114>
6. Кожевникова, Н.В. Основы педагогической и спортивной этики (семинарские и практические занятия) : учеб.-метод. пособие / Н.В. Кожевникова, Э.И. Белгородцева, И.П. Гомзякова. - СПб. : [б. и.], 2010. - 214 с.
7. Николаев, Н.Б. Философия спорта : учебное пособие / Н.Б. Николаев. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. – 98 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ
8. Паралимпийский спорт: нормативное правовое и методическое регулирование / авт.-сост. А. В. Царик; [под общ. ред. П. А. Рожкова]. - М. : Сов. спорт, 2010.
9. Петров, А.В. Спортивная этика : учебно-методическое пособие / А.В. Петров. – Омск : Издательство СибГУФК, 2013. – 104 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459425>
10. Философия спорта : учебное пособие / Н.Г. Закревская, Н.А. Кармаев, Н.Б. Николаев, Е.В. Утишева. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 210 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

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 Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur A8-7410/6G/1T/AMD R5-1шт.

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)- 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.

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.