МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)

Институт физического воспитания и спорта
Кафедра адаптивной физической культуры и физической реабилитации

УТВЕРЖДАЮ
Директор Института физического воспитания и спорта
_____ А.А. Губарев
«15» февраля 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Обучение двигательным действиям

По направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Магистерская программа – Физическая реабилитация

Квалификация выпускника – магистр

Форма обучения – очная, заочная

Курс – ОФО – 1 курс (1 семестр), ЗФО – 1 курс (1, 2 триместры)

Луганск, 2025

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы для подготовки магистра по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), программа магистратуры Физическая реабилитация очной и заочной форм обучения.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО – магистратура по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 года № 946 (с изменениями и дополнениями), и Профессиональным стандартом, утвержденным Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту» от 02 апреля 2019 г. № 199н, Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист по реабилитационной работе в социальной сфере» от 18 июня 2020 г. № 352н.

СОСТАВИТЕЛИ:
профессор кафедры адаптивной физической культуры и физической реабилитации ФГБОУ ВО «ЛГПУ», доктор медицинских наук, профессор
Иванова Лариса Николаевна
старший преподаватель кафедры адаптивной физической культуры и физической реабилитации ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
Мелешко Екатерина Александровна

Утверждена на заседании кафедры адаптивной физической культуры и физической реабилитации
Протокол от «09» января 2025 г., № 9.
Заведующий кафедрой адаптивной физической культуры
и физической реабилитации _____ А.В. Ермоленко

Одобрена на заседании учебно-методической комиссии Института физического воспитания и спорта
Протокол от «14» января 2025 г., № 5
Председатель учебно-методической комиссии Института
физического воспитания и спорта _____ Т.В. Загной

СОГЛАСОВАНО:
Директор Департамента образования _____ В.В. Савенков

Структура и содержание учебной дисциплины

1. Цели и задачи учебной дисциплины

Цель освоения дисциплины является освоение студентами магистратуры системы научно-практических знаний, навыков, умений и компетенций в области обучения двигательным действиям; сформировать теоретическую и мотивационную основу профессиональной компетентности специалиста по адаптивной физической культуре в сфере обучения двигательным действиям.

Задачи дисциплины:

– сформировать теоретическую и мотивационную основу профессиональной компетентности специалиста по адаптивной физической культуре в сфере обучения двигательным действиям;

– способствовать восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной, профессиональной и бытовой деятельности больных, инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием методов и средств обучения двигательным действиям;

– проводить комплекс мероприятий по предупреждению основного заболевания или нарушения двигательной активности организма человека;

– проводить комплекс мероприятий по оздоровлению и отдыху организма человека;

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

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО.

Учебная дисциплина «Обучение двигательным действиям» входит в в обязательную часть дисциплин подготовки студентов.

Необходимыми условиями для освоения учебной дисциплины являются:

знания анатомии, физиологии человека, теории и организации адаптивной физической культуры, методов и средств лечебной физической культуры и реабилитационного массажа;

умения самостоятельно изучать и понимать методы и техники проведения лечебной физической культуры, реабилитационного массажа, специальную (отраслевую) научную литературу;

навыки работы с различными группами лиц с ограничениями в состоянии здоровья, источниками информации, наблюдения.

Содержание дисциплины является логическим продолжением содержания дисциплин «Адаптивное физическое воспитание в специальных образовательных учреждениях», «Современные проблемы адаптивной физической культуры и адаптивного спорта»

Является основой для изучения следующих дисциплин: «Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными)

нарушениями развития», «Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии», «Технические средства физической реабилитации».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
Профессиональных		
ПК-1 Способен определять готовность реабилитанта к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации; организовывать и осуществлять управление реабилитационным (абилитационным) случаем в области физической реабилитации, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта	ПК-2.1 Способен организовать обслуживание населения в области социальной защиты. ПК-2.2 Способен организовать порядок разработки и реализации индивидуальной программы реабилитации и абилитации инвалида. ПК-2.3 Способен осуществлять управление реабилитационным (абилитационным) случаем.	Знает: нормативные правовые акты Российской Федерации и Луганской Народной Республики в области социальной защиты и социального обслуживания населения, в том числе порядок разработки и реализации индивидуальной программы реабилитации и абилитации инвалида; критерии оценки реабилитационной инфраструктуры. Умеет: выявлять провоцирующие факторы (условия), которые могут оказать влияние на ход и результаты социальной реабилитации (абилитации); проводить переговоры и согласовывать главные цели, задачи, мероприятия индивидуальных программ реабилитации или абилитации инвалидов (детей-инвалидов) со всеми участниками, организовывать продуктивное взаимодействие в междисциплинарной команде; проводить мероприятия, соответствующие потребностям здоровья лиц, в отношении которых осуществляются мероприятия по социальной реабилитации (абилитации), с соблюдением мер физической, психологической,

		социальной безопасности, обеспечивать профилактику инфицирования, психических травм и других травмирующих обстоятельств. Владеет навыками: информирования населения о целях, задачах, методах и мероприятиях социальной реабилитации (абилитации); организации комплексной квалификации реабилитационного случая.
ПК-3 Способен в целях формирования необходимых реабилитанту компенсаций осуществлять подбор необходимого оборудования и технических средств реабилитации; разрабатывать комплексы упражнений, выбирать и применять адекватные методы для развития у занимающихся компенсаторных физических качеств с учетом показаний и противопоказаний	ПК-3.1 Способен определять готовность реабилитанта к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации. ПК-3.2 Способен проводить и мотивировать методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта реабилитационные мероприятия. ПК-3.3 Способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации.	Знает: технологии адаптивной физической культуры в реабилитационной деятельности; биомеханику физических упражнений и локомоторной системы реабилитанта; построение реабилитационного процесса, направленного на формирование функциональных компенсаций; методики применения физических упражнений с целью компенсации утраченных функций организма. Умеет: владеть способами мобилизации ресурсов реабилитанта направленных на формирование компенсаторных физических качеств; применять на практике средства и методы физической реабилитации, направленные на или утраченных функций организма; оценивать потребности реабилитанта в необходимости формирования компенсаций с учетом этапов реабилитации. Владеет навыками: оценки индивидуальной нуждаемости реабилитанта в формировании

		компенсаторных функций; составления комплексного индивидуального маршрута реабилитации; определения оптимального комплекса реабилитационных услуг; осуществления подбора необходимого оборудования и технических средств реабилитации.

4. Структура и содержание учебной дисциплины

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	**Объем часов / зач.ед.**	
	Очная форма	**Заочная форма**
Общая учебная нагрузка	**144 (4 з.е.)**	**144 (4 з.е.)**
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего часов) **в том числе:**	**48**	**16**
Лекции	**12**	**2**
Семинарские занятия	**-**	**-**
Практические занятия (в том числе интерактив)	**36**	**14**
Лабораторные работы	**-**	**-**
Контрольные работы	**-**	**-**
Контроль	**4**	**4**
Курсовая работа (курсовой проект)	**-**	**-**
Другие формы и методы организации образовательного процесса (*групповые дискуссии, ролевые игры, тренинг, компьютерные симуляции, интерактивные лекции, семинары, анализ деловых ситуаций и т.п.)*	**-**	**-**
Самостоятельная работа студента (всего)	**92**	**124**
Форма аттестации	**зачет**	**зачет**

4.2. Содержание разделов учебной дисциплины

Раздел I. Понятия двигательное действие, навык. Физиологические механизмы.

Тема 1. Двигательное действие, двигательное умение, двигательный навык: сущность и соотношение понятий. Определение двигательного действия, двигательного умения их характеристика; способ управления движениями или как неустойчивый способ решения двигательной; способ решения определенной двигательной задачи; поиск обучающийся осуществляет такие умственные операции, как сравнение, оценка различных способов, соединение отдельных движений в целостное двигательное действие; обучение различать и анализировать движения по

мышечным ощущениям; процесс приобретения умения; соотношение понятий.

Тема 2. Физиологические механизмы двигательной деятельности. Зависимость от структур ЦНС, принимающих участие в реализации движений; анализ некоторых особенно сложных и интеллектуализированных актов двигательного поведения, координационные перешифровки.

Тема 3. Педагогическая сущность учения двигательным действиям. Методика обучения двигательным действиям; учение рассматривается как процесс относительно устойчивых изменений моторики ученика; информационные каналы в обучении; понимание, анализ, синтез и оценки выполняемого действия.

Раздел II. Модели и структура процесса обучения двигательным действиям.

Тема 4. Основные модели учения двигательным действиям. Модели процесса учения двигательным действиям; признанная модель, построенная известным немецким ученым Р. Пельманном; пример модели учения двигательным действиям Р. Сингера; модель А. Хотца (1986, 1997).

Тема 5. Общая структура процесса освоения двигательных действий. Общей структура процесса обучения двигательным действиям; основные три этапа усвоения учебного материала; общая структура процесса освоения двигательного действия; зависимость от конкретных целей, задач освоения, особенностей двигательного действия.

Тема 6. Особенности процесса обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре. Главное отличие двигательных действий, используемых в адаптивной физической культуре; итоговый результат, по которому судят о качестве действий; особенность двигательных действий, используемых в адаптивной физической культуре.

4.3. Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Очно-заочная форма / заочная форма
1 семестр / 1 триместр			
Раздел I. Понятия двигательное действие, навык. Физиологические механизмы.			
1.	Двигательное действие, двигательное умение, двигательный навык: сущность и соотношение понятий.	2	2
2.	Физиологические механизмы двигательной деятельности.	2	-
3.	Педагогическая сущность учения двигательным действиям.	2	-
Раздел II. Модели и структура процесса обучения двигательным действиям.			

4.	Общая структура процесса освоения двигательных действий.	2	-
5.	Особенности процесса обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	2	-
6.	Особенности методики обучения двигательным действиям детей с особыми образовательными потребностями	2	-
Итого:		**12**	**2**

4.4. Практические / семинарские занятия

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	**Очно-заочная форма / заочная форма**
1 семестр / 1 триместр			
Раздел I. Понятия двигательное действие, навык. Физиологические механизмы.			
1.	Двигательное действие, двигательное умение, двигательный навык: сущность и соотношение понятий.	6	2
Итого за семестр / триместр		-	**2**
1 семестр / 2 триместр			
2.	Физиологические механизмы двигательной деятельности.	6	2
3.	Педагогическая сущность учения двигательным действиям.	6	2
Раздел II. Модели и структура процесса обучения двигательным действиям.			
4.	Общая структура процесса освоения двигательных действий.	6	2
5.	Особенности процесса обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	6	2
6.	Особенности методики обучения двигательным действиям детей с особыми образовательными потребностями	6	4
Итого за семестр / триместр		**36**	**12**
Итого:		**36**	**14**

4.5. Лабораторные работы (учебным планом не предусмотрены).

4.6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Название раздела / темы	Вид самостоятельной работы	Объем часов	
			Очная форма	**Очно-заочная форма /**

				заочная форма
1 семестр / 1 триместр				
Раздел I. Понятия двигательное действие, навык. Физиологические механизмы.				
1.	Двигательное действие, двигательное умение, двигательный навык: сущность и соотношение понятий.	Исследование проблемы. Конспект вопросов практического занятия. Интернет-обзор.	16	32
Итого за семестр / триместр			**-**	**32**
1 семестр / 2 триместр				
2.	Физиологические механизмы двигательной деятельности.	Исследование проблемы. Конспект вопросов практического занятия. Подготовить рефераторные работы по заданным темам.	16	18
3.	Педагогическая сущность учения двигательным действиям	Исследование проблемы. Конспект вопросов практического занятия. Подготовка мини конференций с презентацией	12	18
Раздел II. Модели и структура процесса обучения двигательным действиям.				
4.	Общая структура процесса освоения двигательных действий.	Исследование проблемы. Конспект вопросов практического занятия. Подготовка доклада по заданным темам.	16	18
5.	Особенности процесса обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	Исследование проблемы. Конспект вопросов практического занятия. Составить план-конспект занятия.	16	18
6.	Особенности методики обучения двигательным действиям детей с особыми образовательными потребностями.	Исследование проблемы. Конспект вопросов практического занятия. Подготовка к деловой игре.	16	20
Итого за семестр / триместр			**92**	**92**
Итого:			**92**	**124**

4.7. Курсовые работы (учебным планом не предусмотрены).

5. Методическое обеспечение, образовательные технологии

Преподавание учебной дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

– информационные технологии: использование электронных образовательных ресурсов (электронный конспект) при подготовке к практическим занятиям;

– технологии объяснительно-иллюстративного обучения (технология поддерживающего обучения, технология проведения учебной дискуссии);

– проектная технология (метод подготовки и защиты проекта);

– технологии проблемного обучения (метод проблемных заданий, метод беседы);

– технологии развивающего обучения (метод творческих заданий);

– игровая технология (метод игрового обучения);

– работа в группе (совместная работа студентов в группе при выполнении творческих заданий).

6. Формы контроля освоения учебной дисциплины

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателем(ями), ведущими практические занятия, по дисциплине в различных формах: выступление на практических занятиях; выполнение практических заданий; участие в дискуссиях; самостоятельное конспектирование научной литературы и ее анализ; выполнение индивидуальных заданий; выполнение самостоятельной работы.

Промежуточный контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме зачета.

Система оценивания учебных достижений студентов, оценочные средства представлены в фонде оценочных средств к рабочей программе учебной дисциплине в (приложении).

Оценочные средства, включающие типовые задания, тесты, вопросы и т.д., критерии оценивания помещаются в приложении к рабочей программе – фонде оценочных средств.

7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины:

а) основная литература:

1. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс]: учеб. пособие / З. С. Варфоломеева, В. Ф. Воробьев, Н. И. Сапожников, С. Е. Шивринская; под общ. ред. С. И. Изаак. –3-е изд., испр. и доп. – М: ФЛИНТА: Наука, 2012. – 130 с.

2. Третьякова, Н. В. Теория и методика оздоровительной физической культуры : учебное пособие / Н. В. Третьякова, Т. В. Андрюхина, Е. В. Кетриш ; под редакцией Н. В. Третьякова. – Москва : Издательство «Спорт», 2016. – 280 с. – ISBN 978-5-906839-23-7. – Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. – URL: https://www.iprbookshop.ru/55566.html

3. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. – Москва : Издательство «Спорт», 2016. – 616 с. – ISBN 978-5-906839-42-8. – Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. – URL: https://www.iprbookshop.ru/55593.html

4. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста [Электронный ресурс]: учеб. пособие / В. Н. Шебеко – Минск : Выш. шк., 2015. – http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9789850625618.html

б) дополнительная литература:

1.Теория и методика физической рекреации [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / В. С. Макеева, В. В. Бойко. – М. : Советский спорт, 2014. – http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971807100.html

2. Балтрунас, М. И. Теория и методика обучения физической культуре : учебное пособие / М. И. Балтрунас, С. В. Быченков. – Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2019. – 135 с. – ISBN 978-5-4486-0765-3. – Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. – URL: https://www.iprbookshop.ru/81323.html

3. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. – Москва : Издательство «Спорт», 2020. – 616 с. – ISBN 978-5-907225-56-5. – Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. – URL: https://www.iprbookshop.ru/101283.html

в) Интернет-ресурсы:

https://www.iprbookshop.ru/ – IPR SMART

https://e.lanbook.com/ – ЭБС Лань

http://www.elibrary.ru/ eLIBRARY.RU

http://lib.ltsu.org/ Научная библиотека «Луганский государственный педагогический университет»

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Лекционная аудитория, спортивный класс для проведения практических занятий.

2. Канцелярское оснащение учебного процесса.

3. Персональный компьютер (ноутбук) с прикладным программным обеспечением: проектор, колонки, программа для просмотра видео файлов, система видеомонтажа, интерактивная доска, электронные презентации по темам дисциплины.

В процессе лекционных и практических занятий используется следующее программное обеспечение: программы, обеспечивающие доступ в сеть Интернет (например, «Google», «Chrome»); программы, демонстрации видео материалов (например, проигрыватель «Windows Media Player»); программы для демонстрации и создания презентаций (например, «Microsoft PowerPoint»).

Преподавание дисциплины предусматривает доступ обучающихся к электронно-библиотечным системам (электронным библиотекам) и к электронной информационно-образовательной среде университета, которая обеспечивает возможность доступа обучающихся к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

Обучающиеся из числа лиц с инвалидностью и лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Кабинет для подготовки лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья оснащена современным оборудованием:

- для студентов с нарушением слуха и зрения (оборудование для слабослышащих – система Star Sound;
- для студентов с нарушением зрения – стационарные увеличители Topaz, сканирующая и читающая машина Sara CE, принтер для печати шрифтом Брайля). Студенты могут воспользоваться портативным компьютером с вводом/выводом шрифтом Брайля и синтезатором речи «ElBraille W40JG1».

9. Лист дополнений и изменений

№ п/п	Дата внесения изменения / дополнения	Основание	Содержание изменения / дополнения	Лица, подтверждающие изменение / дополнение	
				Заведующий кафедрой (ФИО, подпись)	Директор / декан (ФИО, подпись)