

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ


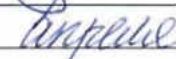
ФЕДЕРАЛЬНОЕ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)

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



**УТВЕРЖДАЮ**

Врио директора Института  
физического воспитания и спорта

 А.Г. Черноштан  
«28»  2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Теория и организация адаптивной физической культуры**

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

Профиль подготовки – Физическая реабилитация

Квалификация выпускника – бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

Курс – ОФО – 1 курс (2 семестр), ЗФО – 1 курс (3 триместр), 2 курс (4 триместр)

Луганск, 2023

Рабочая программа учебной дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры» является частью основной профессиональной образовательной программы высшего образования для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), профилю Физическая реабилитация очной и заочной форм обучения.

Составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.02 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 № 942 (с изменениями и дополнениями).

**СОСТАВИТЕЛЬ:**

кандидат медицинских наук, доцент кафедры адаптивной физической культуры и физической реабилитации ФГБОУ ВО «ЛГПУ»

**Паталахина Лидия Ивановна**


старший преподаватель кафедры адаптивной физической культуры и физической реабилитации ФГБОУ ВО «ЛГПУ»

**Плякина Виктория Васильевна**

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры адаптивной физической культуры и физической реабилитации

«28» апреля 2023 г., протокол № 12.

Заведующий кафедрой  
адаптивной физической культуры  
и физической реабилитации



А.В. Ермоленко

ОДОБРЕНА на заседании учебно-методической комиссии Института физического воспитания и спорта

«28» апреля 2023 г., протокол № 9.

Председатель учебно-методической  
комиссии Института физического  
воспитания и спорта



А.С. Богданова

**СОГЛАСОВАНО:**

И.о. заведующего  
учебно-методическим отделом



В.В. Савенков

«29» апреля 2023 г.



## Структура и содержание учебной дисциплины

### 1. Цели и задачи учебной дисциплины

**Цель** освоения дисциплины является освоение студентами систематизированных знаний о месте, роли и задачах адаптивной физической культуры, привитии умений и навыков, необходимых для организации и проведения работы с людьми с инвалидностью.

#### **Задачи дисциплины:**

– обеспечить усвоение студентами знаний в области теории физической культуры, целостного осмысления сути профессиональной деятельности, общих закономерностей, педагогических принципов, средств, методов, форм физической культуры, а также сформировать у них профессионально-педагогические умения по специальности;

– сформировать у студентов широкое профессиональное мировоззрение в интерес к проблемам физической культуры, стремление к всестороннему анализу и творческому усвоению изучаемого материала;

– воспитать у будущих специалистов педагогическое мышление, познавательную активность, самостоятельность и ответственность за качество учебного труда и подготовки к профессиональной деятельности, дисциплинированность, потребность приобщения к научно-исследовательской и практической деятельности в сфере физической культуры;

– сформировать убеждение в важности и необходимости в высококвалифицированных специалистах для решения государственных задач физического совершенствования населения.

### 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Учебная дисциплина «Теория и организация адаптивной физической культуры» относится к Блоку 1 «Дисциплины» обязательной части учебного плана, для подготовки студентов по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), индекс дисциплины Б1.0.10.

Дисциплина реализуется кафедрой адаптивной физической культуры и физической реабилитации.

Необходимыми условиями для освоения учебной дисциплины являются:

*знания* анатомии человека с основами спортивной морфологии, биологии с основами экологии, методики преподавания коррекционных и подвижных игр у людей с ОВЗ.

*умения* оценивать возможные и предполагаемые результаты своей профессиональной деятельности на основе закономерностей, функций, принципов, средств и методов систем адаптивной физической культуры.

*навыки* анализа социально-значимых проблем и процессов в сфере адаптивной физической культуры.

Содержание дисциплины является логическим продолжением содержания дисциплин «Введение в специальность», «Анатомия человека с основами спортивной морфологии», «Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре» и служит основой для изучения следующих дисциплин: «Частные методики адаптивной физической культуры», «Организация и управление оздоровительно-реабилитационными учреждениями», «История адаптивной физической культуры», «Организация оздоровительной работы в возрастных группах».

### **3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины**

Студенты, завершившие изучение дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры», должны:

#### **знать:**

- основные методы физического воспитания и укрепления здоровья;
- современные средства, методы и методические приёмы коррекционной педагогики; морфофункциональные, социально-психологические потребности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в зависимости от нозологических форм, возрастных и гендерных групп;

#### **уметь:**

- регулярно следовать им в повседневной жизни, заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих;
- анализировать функциональные, психофизические, личностные, социальные проблемы развития лиц с отклонениями в состоянии здоровья; анализировать и выбирать средства, методы и технологии развития, коррекции и компенсации функциональных нарушений и развития личности;

#### **иметь опыт:**

- навыками и средствами самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности - оказать первую помощь при травмах в процессе выполнения физических упражнений;
- применения профессиональной терминологии;
- навыков педагогического общения.

Перечисленные результаты обучения являются основой для формирования ряда компетенций (в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» и требованиями к результатам освоения ОПОП ВО):

#### **Общепрофессиональных (ОПК):**

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;



ОПК-7 – способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций;

ОПК-15 – способен осуществлять профессиональную деятельность во всех видах адаптивной физической культуры в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики.

#### 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
<b>Общая учебная нагрузка</b>	<b>108 (3 з.е.)</b>	<b>108 (3 з.е.)</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего часов)</b>	<b>48</b>	<b>12</b>
<b>в том числе:</b>		
Лекции	16	4
Семинарские занятия	-	-
Практические занятия (в том числе интерактив)	32	8
Лабораторные работы	-	-
Контрольные работы	-	-
Контроль	4	4
Курсовая работа (курсовой проект)	-	-
Другие формы и методы организации образовательного процесса ( <i>групповые дискуссии, ролевые игры, тренинг, компьютерные симуляции, интерактивные лекции, семинары, анализ деловых ситуаций и т.п.</i> )	-	-
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	<b>56</b>	<b>72</b>
Форма аттестации	зачёт	зачёт

##### 4.2. Содержание разделов учебной дисциплины

**Тема 1. Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.** Адаптивная физическая культура в системе высшего и среднего профессионального образования.

**Тема 2. Основные понятия, функции, виды, средства, методы и принципы адаптивной физической культуры.** Понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура»; «образ жизни», «здоровый образ жизни», «естественные факторы внешней среды»; «аксиологические концепции жизни человека и инвалида» - сходство и различия; «реабилитация», «социализация», «социальная интеграция» и др. Предмет, цель, задачи, содержание адаптивной физической культуры.

Коррекционные, компенсаторные, профилактические задачи - главная группа задач в адаптивной физической культуре. Оздоровительные, образовательные, воспитательные задачи - традиционные задачи физической культуры, их адаптация к проблемам лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Роль и место адаптивной физической культуры в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.

**Тема 3. Основные виды АФК. Адаптивная физическая культура как учебная дисциплина и специальность для подготовки кадров.** Классификация инвалидов: в зависимости от тяжести заболевания и ограниченности жизнеобеспечения (инвалиды I, II, и III группы); в зависимости от нозологических признаков (инвалида по зрению, слуху, с нарушениями речи, опорно-двигательного аппарата, интеллекта и др.). Типичные нарушения двигательной сферы лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

**Тема 4. Адаптивная физическая культура как научное направление.** Отличия адаптивной физической культуры (АФК) от физической культуры, медицины, коррекционной педагогики, валеологии, гигиены и др. отраслей знания и практической деятельности; связь АФК с другими областями научных знаний. Формирование правового и информационного пространства адаптивной физической культуры в Российской Федерации как важнейшее условие обеспечения интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья в общество (предоставление гарантий и возможностей инвалидам, подготовка общества к принятию инвалидов как равноправных членов общества, обладающих самооценностью).

**Тема 5. Компоненты адаптивной физической культуры: ключевые допущения; изучаемые объекты; изучаемый аспект этих феноменов; уровень рассмотрения. Критерии выделения компонентов (видов) адаптивной физической культуры.** Адаптивное физическое воспитание (образование), адаптивная двигательная рекреация, адаптивная физическая реабилитация, креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики адаптивной физической культуры, экстремальные виды двигательной активности.

**Тема 6. Взаимодействие адаптивной физической культуры со смежными областями знания.** Группа педагогических функций, характеризующих процесс применения физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в основных видах адаптивной физической культуры - адаптивном физическом воспитании, адаптивном спорте, адаптивной двигательной рекреации, физической реабилитации. Характеристика важнейших педагогических функций: учебно-познавательной, развивающей, коррекционной, профессионально-подготовительной, воспитательной, компенсаторной, рекреативно-оздоровительной, соревновательной, гедонистической, оздоровительно-восстановительной, ценностно-ориентационной, творческой, лечебно-



восстановительной, профилактической, само-реабилитационной, функции самовоспитания.

**Тема 7. Стратегия исследований в области адаптивной физической культуры. Наиболее перспективные проблемы в адаптивном физическом воспитании.** Сходства и различия процессов обучения двигательным действиям в различных видах адаптивной физической культуры (адаптивном физическом воспитании, адаптивном спорте, адаптивной двигательной рекреации и физической реабилитации). Максимально возможное исключение ошибок из процесса освоения двигательных действий - главное требование к этому процессу в адаптивной физической культуре. Понятия «ошибки» и «допустимых отклонений». Структуры процесса формирования двигательных действий с заданным результатом: этап формирования ориентировочной основы двигательного действия и сенсорно-перцептивного обучения; этап формирования нервно-мышечных координации и мышечных ощущений; этап развития физических качеств и способностей, необходимых для осуществления действия; этап формирования умений и навыков самоконтроля, предупреждения и коррекции ошибок; этап перехода к самостоятельному выполнению двигательных действий; этап совершенствования освоенного действия.

#### 4.3. Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
		1 семестр	7 триместр
1.	Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.	2	2
2.	Основные понятия, функции, виды, средства, методы и принципы адаптивной физической культуры.	2	2
3.	Основные виды АФК. Адаптивная физическая культура как учебная дисциплина и специальность для подготовки кадров.	2	-
4.	Адаптивная физическая культура как научное направление.	2	-
5.	Компоненты адаптивной физической культуры: ключевые допущения; изучаемые объекты; изучаемый аспект этих феноменов; уровень рассмотрения. Критерии выделения компонентов (видов) адаптивной физической культуры.	2	-

6.	Взаимодействие адаптивной физической культуры со смежными областями знания.	2	-
7.	Место адаптивной физической культуры место в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.	2	-
8.	Адаптивная физическая культура как научное направление. Разработка общих теоретических и прикладных положений методологии адаптивной физической культуры как самостоятельной области знания. Социальные функции адаптивной физической культуры.	2	-
<b>Итого:</b>		<b>16</b>	<b>4</b>

#### 4.4. Практические / семинарские занятия

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
		1 семестр	7 триместр
1.	Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.	10	-
2.	Основные понятия, функции, виды, средства, методы и принципы адаптивной физической культуры.	10	2
3.	Основные виды АФК. Адаптивная физическая культура как учебная дисциплина и специальность для подготовки кадров.	12	2
<b>Итого за семестр/триместр:</b>		<b>32</b>	<b>4</b>
			<b>8 триместр</b>
4.	Адаптивная физическая культура как научное направление.	-	2
5.	Компоненты адаптивной физической культуры: ключевые допущения; изучаемые объекты; изучаемый аспект этих феноменов; уровень рассмотрения. Критерии выделения компонентов (видов) адаптивной физической культуры.	-	2
<b>Итого за семестр/триместр:</b>		<b>-</b>	<b>4</b>
<b>Итого:</b>		<b>32</b>	<b>8</b>

#### 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	Заочная форма
			1 семестр	7триместр



1.	Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.	Исследование проблемы. Составить словарь специальных терминов и понятий. Подобрать литературные источники (не менее 5) по теме занятия.	26	24
2.	Основные понятия, функции, виды, средства, методы и принципы адаптивной физической культуры.	Исследование проблемы. Составить словарь специальных терминов и понятий. Подобрать литературные источники (не менее 5) по теме занятия.	20	20
3.	Основные виды АФК. Адаптивная физическая культура как учебная дисциплина и специальность для подготовки кадров.	Исследование проблемы. Составить словарь специальных терминов и понятий. Подобрать литературные источники (не менее 5) по теме занятия.	10	20
<b>Итого за семестр/триместр:</b>			<b>56</b>	<b>64</b>
				<b>8триместр</b>
4.	Адаптивная физическая культура как научное направление.	Конспект практического занятия, подготовка к практическим занятиям; поиск и обзор литературы, электронных источников, презентации по темам.	-	18
5.	Компоненты адаптивной физической культуры: ключевые допущения; изучаемые объекты; изучаемый аспект этих феноменов; уровень рассмотрения. Критерии	Подготовка к практическим занятиям; подготовка к практическим занятиям; поиск и обзор литературы, электронных источников, презентации по темам.	-	10

	выделения компонентов (видов) адаптивной физической культуры.		
<b>Итого за семестр/триместр:</b>			<b>28</b>
<b>Итого:</b>		<b>56</b>	<b>92</b>

## 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 зачёта. Система накопления баллов по видам работ отражается в таблице:

### Система оценивания учебных достижений студентов очной / заочной формы обучения

Вид учебной работы	Количество баллов	
	ОФО	ЗФО
<b>1 семестр, 7 триместр</b>		
Письменные ответы на практических занятиях	64	24
Самостоятельная работа	10	12
Зачёт	26	14



Итого за семестр/триместр:	100	50
8 триместр	ОФО	ЗФО
Устные и письменные ответы на практических занятиях	-	24
Самостоятельная работа	-	12
Зачёт	-	14
Итого за семестр/триместр:	-	50
Всего за год:	100	100

#### Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбалльная система оценивания экзамена	100-балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачета
Отлично	90-100	А – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному.	Зачтено
Хорошо	83-89	В – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному.	
Хорошо	75-82	С – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.	

Удовлетворительно	<b>63-74</b>	D – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки.	
Удовлетворительно	<b>50-62</b>	E – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному.	
Неудовлетворительно	<b>21-49</b>	FX – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий.	Незачтено
Неудовлетворительно	<b>0-20</b>	F – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий.	

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

### а) основная литература:

1. Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учебное пособие для студентов высших и профессиональных средних заведений. - М.: Советский спорт, 2000.



2. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры. - М.: советский спорт, 2002.

**б) дополнительная литература:**

1. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. В: Содержание и методики адаптивной физической культуры, и характеристика ее основных видов / Под общей ред. проф. С.П.Евсеева. – М.: Советский спорт, 2005. – 448 с.: ил.

2. Беляев А.А. Методика организации научно-исследовательской работы студентов А.А. Беляев // Социально-политические науки- 1990- № 11.

3. Евсеев С.П. Технологии дополнительного профессионального образования по адаптивной физической культуре [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Евсеев С.П., Томилова М.В., Евсеева О.Э.— Электрон.текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2013.

**в) Интернет-ресурсы:**

1. <http://window.edu.ru/>Единое окно доступа к образовательным ресурсам.

2. <http://www.edu.ru/>Российское образование. Федеральный портал

3. <http://www.elibrary.ru/>eLIBRARY.RU

4. <http://lib.lgpu.org/> Научная библиотека «Луганский государственный педагогический университет»

5. <https://www.studentlibrary.ru/> ЭБС «Консультант студента»

**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 «WindowsMediaPlayer»); программы для демонстрации и создания презентаций (например, «MicrosoftPowerPoint»).

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».

## 9. Лист дополнений и изменений

[illegible]