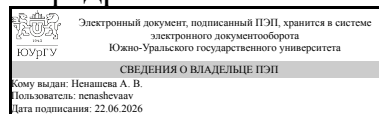


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей
кафедрой



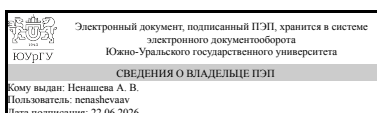
А. В. Ненашева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**дисциплины 1.Ф.М0.08 Адаптивная физическая культура и спорт
для направления 44.04.01 Педагогическое образование
уровень Магистратура
магистерская программа Педагогический менеджмент оздоровительной и
адаптивной физической культуры
форма обучения заочная
кафедра-разработчик Теория и методика физической культуры и спорта**

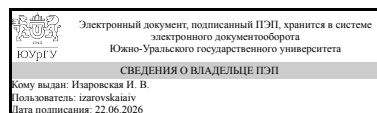
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению
подготовки 44.04.01 Педагогическое образование, утверждённым приказом
Минобрнауки от 22.02.2018 № 126

Зав.кафедрой разработчика,
д.биол.н., доц.



А. В. Ненашева

Разработчик программы,
к.биол.н., доц., доцент



И. В. Изаровская

1. Цели и задачи дисциплины

Целью дисциплины «Адаптивная физическая культура и спорт» является коррекция физического развития студентов с ограниченными возможностями здоровья, реабилитация двигательных функций организма, развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья. Задачи: Обеспечение развития и тренировки всех систем и функций организма студента через оптимальные физические нагрузки-формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков, содействие воспитанию нравственно-волевых качеств, развитию коммуникативной и познавательной деятельности, воспитание бережного отношения к своему здоровью, формирование потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, устойчивой мотивации к здоровому образу жизни.

Краткое содержание дисциплины

Методико-практический раздел: Методики оценки функционального общеразвивающих и адаптивных упражнений. Содержание практических занятий Методики проведения отдельных упражнений по адаптивной физической культуре на группе. Методики проведения практического занятия адаптивной физической культуры. Методики проведения комплекса упражнений адаптивной физической культуре. Методики составления программы оздоровления организма для обеспечения социальной и профессиональной деятельности с учетом заболевания. Обучение техническим приемам средствами адаптивной физической культуры.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	Знает: Принципы и особенности системного подхода Умеет: Осуществлять критический анализ и вырабатывать стратегию действий Имеет практический опыт: Осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода и вырабатывать стратегию действий
УК-2 Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла	Знает: содержание каждого этапа создания проекта Умеет: управлять проектом на различных этапах его создания Имеет практический опыт: управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла, оценивать его результативность
ПК-2 Способен осуществлять мониторинг физического состояния, уровня здоровья и эффективности оздоровительных программ, применять методы педагогической диагностики, анализа и интерпретации данных для принятия управленческих решений.	Знает: закономерности, принципы мониторинга физического состояния, уровни здоровья эффективности оздоровительных программ. Умеет: применять методы педагогической диагностики. Имеет практический опыт: анализировать и интерпретировать данные для принятия

	управленческих решений.
--	-------------------------

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Нет	Медико-биологическое обеспечение оздоровительной и адаптивной физической культуры, Организация и управление процессом адаптивной физической культурой и спортом, Маркетинг и продвижение услуг в сфере физической реабилитации, Организация инклюзивного пространства в образовательных учреждениях, Физкультурно-оздоровительные и адаптивные технологии в дошкольном, младшем, среднем, старшем школьном возрастах, Производственная практика (педагогическая) (5 семестр), Производственная практика (технологическая, проектно-технологическая) (4 семестр)

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Нет

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч., 16,5 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		1
Общая трудоёмкость дисциплины	108	108
<i>Аудиторные занятия:</i>	8	8
Лекции (Л)	0	0
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	8	8
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	91,5	91,5
Подготовка к экзамену в виде компьютерного тестирования	15	15
Написание тематических докладов, рефератов	20	20
Изучение и конспектирование монографий, учебных пособий, сборников	12,5	12.5
Подготовка к практическим и семинарским занятиям	20	20

Написание конспектов занятий	24	24
Консультации и промежуточная аттестация	8,5	8,5
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	экзамен

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Медико-практический раздел	4	0	4	0
2	Обучение техническим приемам средствами адаптивной физической культуры.	2	0	2	0
3	Теория адаптивной физической культуры. Атлетическая гимнастика. Оздоровительный фитнес	2	0	2	0

5.1. Лекции

Не предусмотрены

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Методики оценки функционального состояния. Защита реферата с мультимедийной презентацией.	2
2	1	Методики выполнения общеразвивающих и адаптивных упражнений. Подготовка докладов	2
3	2	Подготовка конспекта и проведения занятий по адаптивной физической культуре	2
4	3	Атлетическая гимнастика. Оздоровительный фитнес. Дыхательные упражнения: используется дыхательная гимнастика бодифлекс и парадоксальное дыхание по Стрельниковой. Упражнения системы пилатес.	2

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Подготовка к экзамену в виде компьютерного тестирования	ЭУМД, осн. 1, стр. 2-25; ЭУМД, осн. 4, стр. 3-64	1	15
Написание тематических докладов, рефератов	ЭУМД, Интернет	1	20
Изучение и конспектирование монографий, учебных пособий, сборников	Интернет	1	12,5
Подготовка к практическим и	ЭУМД, доп. 5, стр. 2-34; ЭУМД, осн. 4,	1	20

семинарским занятиям	стр. 2-26		
Написание конспектов занятий	ЭУМД, уч.-мет. 7 стр. 12-65	1	24

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	1	Текущий контроль	Задание 1. Графический диктант	1	5	Работа выполняется на портале "Электронный ЮУрГУ 2.0". Проверка работ студентов осуществляется также через портал "Электронный ЮУрГУ 2.0" каждую неделю. При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179). Максимальная оценка за выполненную работу - 5 баллов. 5 баллов - студент верно ответил на все утверждения; 4 балла - студент ответил правильно на четыре утверждения; 3 балла - студент ответил на верно на 3 утверждения; 2 балла - студент ответил верно на два утверждения. 1 балл - студент не ответил ни на одно утверждение. 0 баллов - студент не присутствовал на занятии	экзамен
2	1	Текущий контроль	Задание 2. Электронный реферат-презентация	1	5	абота выполняется на портале "Электронный ЮУрГУ 2.0". Проверка работ студентов осуществляется также через портал "Электронный ЮУрГУ 2.0" каждую неделю. При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179). Максимальная оценка за выполненную работу - 5 баллов. Студенту предлагается тема электронного реферата-презентации.	экзамен

					Необходимо подготовить и представить реферат, в виде презентации. 5- задание выполнено вовремя, презентация структурирована, тема полностью раскрыта, студент ответил на дополнительные вопросы, приведены примеры практического использования, сделан вывод по теме, студент владеет терминологией, демонстрирует понимание материала 4 -задание выполнено в установленные сроки, тема полностью раскрыта, студент ответил на дополнительные вопросы, студент владеет терминологией, по работе не сделан вывод, студент демонстрирует частичное понимание материала, владеет терминологией 3 - задание выполнено, тема раскрыта не полностью, студент затрудняется ответить на дополнительные вопросы, не владеет правильными формулировками и терминами, демонстрирует частичное понимание материала. 2 - задание выполнено, тема не раскрыта, студент не владеет терминологией 1- задание выполнено с грубыми ошибками, тема не раскрыта, студент полностью не владеет терминологией, 0- задание не выполнено	
3	1	Текущий контроль	Творческое задание	2	5 ЗАДАНИЕ ПРЕДПОЛАГАЕТ ПОДГОТОВКУ И ПУБЛИКАЦИЮ ОБЗОРНОЙ СТАТЬИ ПО ТЕМЕ СВОЕЙ НАУЧНОЙ РАБОТЫ (ИССЛЕДОВАНИЯ)В ОДНОМ ИЗ ЖУРНАЛОВ РИНС. 9-10 баллов: выставляется студенту, если демонстрируются: умения использовать системный и ситуативный подходы, представить аргументированное рассуждение по проблеме, определять цели, задачи, формулировать гипотезу, обобщать причины возникновения ситуации, проблемы; понимать более широкий контекст, в рамках которого находится ситуация: её связи с другими проблемами, определять риски, трудности при разрешении проблемы, подготовить программу действий; 7-8 баллов: выставляется студенту, если демонстрируются: умения использовать системный и ситуативный подходы, представить определённые аргументы	экзамен

					рассуждения по проблеме, определять цели, задачи, формулировать гипотезу, обобщать причины возникновения ситуации, проблемы, имеется не более 3 замечаний или неточностей. 5-6 баллов: выставляется студенту, если демонстрируются: умения представить определённые аргументы и рассуждения по проблеме, получить и обработать полученные результаты, определять цели, задачи, формулировать гипотезу, обобщать причины возникновения проблемы, имеется более 3 замечаний или неточностей. 3-4 баллов: выставляется студенту, если демонстрируются: разрозненные аргументы по проблеме или аргументы частично отсутствуют, не корректно определены цели, задачи, затрудняется связывать проблемы с другими проблемами, программа действий содержит серьезные ошибки или исследование проблемы не закончено. 1-2 баллов: выставляется студенту, если не демонстрируются аргументы по проблеме или аргументы отсутствуют, не умение определять цели, задачи, связывать проблемы с другими проблемами, программа действий содержит серьезные ошибки. 0 баллов: студент не присутствует на занятии.	
5	1	Текущий контроль	Коллоквиум	2	5 баллов: студент демонстрирует полное понимание материала, дает верные определения основных понятий, корректно использует терминологический аппарат, может обосновать свои суждения, приводит примеры не только из рекомендуемой литературы, но и самостоятельно составленные, демонстрирует способности анализа и высокий уровень самостоятельности. 4 балла: студент демонстрирует полное понимание материала, дает верные определения основных понятий, корректно использует терминологический аппарат, может обосновать свои суждения, приводит примеры и демонстрирует высокий уровень самостоятельности, устанавливает причинно-следственные связи обсуждаемых проблем. 3 балла: студент слабо ориентируется в материале, допускает ошибки и неточности в определении основных	экзамен

					понятий, преимущественно корректно использует терминологический аппарат, недостаточно доказательно и полно обосновывает свои суждения, с затруднением приводит свои примеры. 3 балла: студент плохо ориентируется в материале, допускает ошибки и неточности в определении основных понятий, некорректно использует терминологический аппарат, не приводит примеры к своим суждениям, даже с наводящими преподавателем вопросами. 2 балла: студент не ориентируется в материале, не знает определения основных понятий, некорректно использует терминологический аппарат, не приводит примеры к своим суждениям. 1 балл: студент не смог ответить ни на один вопрос. 0 баллов: студент не присутствует на занятии. При отсутствии на коллоквиуме по уважительной причине (справка о болезни, по заявлению, подписанному зав. кафедрой и т.д.) студент выполняет реферат: 10 баллов - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, наличие авторской позиции, самостоятельность суждений, реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, систематизировать и структурировать материал, студент владеет терминологией и понятийным аппаратом проблемы, соблюдены требования к оформлению. 8-9 - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, самостоятельность суждений реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, но отмечены некоторые неточности в систематизации, студент владеет терминологией, соблюдены требования к оформлению. 6-7 - выставляется студенту, если в реферате студент не полностью раскрыл тему, показал недостаточное умение работать с литературой, неспособность	
--	--	--	--	--	---	--

						к обобщению материала, соблюдены требования к оформлению. менее 6 - выставляется студенту, если студент не раскрыл тему реферата, не владеет терминологией, отсутствует умение к сопоставлению и анализу различных точек зрения, не соблюдены требования к оформлению.	
6	1	Промежуточная аттестация	Компьютерное тестирование	-	30	Тестовые задания (ТЗ) размещены в системе "MOODLE". Студенту даётся 3 попытки для прохождения теста. Каждая попытка включает в себя 30 тестовых заданий. На одну попытку даётся 30 минут. После завершения попытки задания автоматически меняются. В зачёт идёт лучшая попытка из 3-х возможных. Максимальный балл -30. Отлично: 28 - 30 баллов; Хорошо: 23 - 27 баллов; Удовлетворительно: 18 - 22 балла; Неудовлетворительно: менее 18 баллов.	экзамен

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
экзамен	Экзамен не является обязательным. Итоговый рейтинг обучающегося может формироваться на основании только текущего контроля, путем сложения рейтинга за полученные оценки за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. Студент вправе прийти на экзамен для улучшения своего рейтинга. В этом случае оценивание учебной деятельности обучающихся по дисциплине производится на основании рейтинга, который рассчитывается как сумма рейтинга за текущий контроль, умноженного на 0,6 и рейтинга, полученного на тестировании (промежуточная аттестация), умноженного на 0,4. Преподаватель проводит мероприятие промежуточной аттестации в форме компьютерного тестирования. Преподаватель открывает доступ к тесту, озвучивая это обучающимся. Итоговый тест содержит 30 вопросов по всем темам курса. Время тестирования - 30 минут. Максимальная оценка за тест - 30 баллов. Тест считается успешно пройденным, если не менее 60% правильных ответов (не менее 18 баллов). Обучающиеся решают тест. По истечении времени тестирование преподаватель озвучивает результаты.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ				
		1	2	3	5	6
УК-1	Знает: Принципы и особенности системного подхода		++			+
УК-1	Умеет: Осуществлять критический анализ и вырабатывать стратегию	+++				+

	действий								
УК-1	Имеет практический опыт: Осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода и вырабатывать стратегию действий	++	+	+	+				
УК-2	Знает: содержание каждого этапа создания проекта								+
УК-2	Умеет: управлять проектом на различных этапах его создания								+
УК-2	Имеет практический опыт: управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла, оценивать его результативность							++	
ПК-2	Знает: закономерности, принципы мониторинга физического состояния, уровни здоровья эффективности оздоровительных программ.							++	
ПК-2	Умеет: применять методы педагогической диагностики.							++	
ПК-2	Имеет практический опыт: анализировать и интерпретировать данные для принятия управленческих решений.							++	

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

Не предусмотрена

б) дополнительная литература:

Не предусмотрена

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

Не предусмотрены

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Подготовка доклада и мультимедийной презентации:
методические рекомендации для студентов направлений 44.03.01, 44.04.01 – Педагогическое образование; 49.03.01 – Физическая культура; 49.03.02 – Адаптивная физическая культура / И.В. Изаровская. – Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2024. – 13 с.

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Подготовка доклада и мультимедийной презентации:
методические рекомендации для студентов направлений 44.03.01, 44.04.01 – Педагогическое образование; 49.03.01 – Физическая культура; 49.03.02 – Адаптивная физическая культура / И.В. Изаровская. – Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2024. – 13 с.

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. — 2-е изд., стер. — Москва : Спорт-Человек, 2020. — 616 с.

			https://e.lanbook.com/book/165141
2	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Ветрова, И. В. Адаптивная физическая культура : учебное пособие / И. В. Ветрова, Л. В. Захарова, Н. В. Люлина. — Красноярск : КГПУ им. В.П. Астафьева, 2023. — 328 с. https://e.lanbook.com/book/338423
3	Дополнительная литература	ЭБС издательства Лань	Адаптивная физическая культура : учебно-методическое пособие / составитель О. Н. Токмакова. — пос. Караваево : КГСХА, 2023. — 80 с. https://e.lanbook.com/book/416774
4	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Козлова, О. А. Адаптивная физическая культура : учебное пособие / О. А. Козлова, Е. Ю. Коротаева. — Москва : Проспект, 2019. — 64 с. https://e.lanbook.com/book/150922
5	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Григорьева, И. В. Физическая культура. Адаптивная физическая культура в вузе : учебное пособие / И. В. Григорьева. — Воронеж : ВГЛУ, 2019. — 108 с. https://e.lanbook.com/book/152414
6	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Ляшенко, Х. М. Адаптивная физическая культура: теоретический курс : учебное пособие / Х. М. Ляшенко, И. С. Щадилова. — Тула : ТулГУ, 2023. — 194 с. https://e.lanbook.com/book/391358
7	Методические пособия для самостоятельной работы студента	ЭБС издательства Лань	Турыгина, О. В. Адаптивная физическая культура в условиях общеобразовательной организации : учебно-методическое пособие / О. В. Турыгина, И. Б. Чмил. — Красноярск : КГПУ им. В.П. Астафьева, 2025. — 224 с. https://e.lanbook.com/book/513109
8	Дополнительная литература	ЭБС издательства Лань	Ериков, В. М. Адаптивная физическая культура. Краткий словарь терминов : учебное пособие для вузов / В. М. Ериков, А. А. Никулин. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 200 с. https://e.lanbook.com/book/166352

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)
3. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)
4. ABBYY-FineReader 8(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. -База данных polpred (обзор СМИ)(бессрочно)
2. -База данных ВИНТИ РАН(бессрочно)
3. -Информационные ресурсы ФГУ ФИПС(бессрочно)
4. без ограничения срока действия-Консультант Плюс (Златоуст)(бессрочно)

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
-------------	--------	--

Практические занятия и семинары	202 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП
Самостоятельная работа студента	203 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП
Пересдача	202 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП
Экзамен	103 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП