

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Горно-Алтайский государственный университет»
(ФГБОУ ВО ГАГУ, ГАГУ, Горно-Алтайский государственный университет)

Адаптивная физическая культура
рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности
Учебный план	44.03.05_2022_1112.plx 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Физкультурно-оздоровительная деятельность и Безопасность жизнедеятельности
Квалификация	Бакалавр
Форма обучения	очная
Общая трудоемкость	4 ЗЕТ

Часов по учебному плану	144	Виды контроля в семестрах:
в том числе:		экзамены 8
аудиторные занятия	36	
самостоятельная работа	71,4	
часов на контроль	34,75	

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	8 (4.2)		Итого	
Неделя	10			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	12	12	12	12
Лабораторные	24	24	24	24
Консультации (для студента)	0,6	0,6	0,6	0,6
Контроль самостоятельной работы при проведении аттестации	0,25	0,25	0,25	0,25
Консультации перед экзаменом	1	1	1	1
Итого ауд.	36	36	36	36
Контактная работа	37,85	37,85	37,85	37,85
Сам. работа	71,4	71,4	71,4	71,4
Часы на контроль	34,75	34,75	34,75	34,75
Итого	144	144	144	144

Программу составил(и):

к.б.н., доцент, Симонова О.И. 

Рабочая программа дисциплины

Адаптивная физическая культура

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 125)

составлена на основании учебного плана:

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

утвержденного учёным советом вуза от 27.01.2022 протокол № 1.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры

кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности

Протокол от 14.04.2022 протокол № 8

Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна 

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности

Протокол от _____ 2023 г. № ____
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности

Протокол от _____ 2024 г. № ____
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности

Протокол от 10 апреля 2025 г. № 8
И.о. зав. кафедрой Грушин Сергей
Николаевич

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности

Протокол от _____ 2026 г. № ____
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
1.1	Цели: Целью АФК является улучшение и гармонизация всех сторон и свойств человека с отклонениями (например, физических, интеллектуальных, эмоционально-волевых, эстетических и т.д.), реабилитация и социализация его личности с поддержкой физических упражнений и медицинских факторов. Овладение навыками проектирования содержания и методики учебных занятий физической культурой с ОВЗ и/или с инвалидностью
1.2	Задачи: Задачи: 1. Изучить нормативно-правовые аспекты, материально-техническое обеспечение доступности инклюзивного образования в области физического воспитания лиц с ОВЗ и/или инвалидностью 2. Рассмотреть понятия «доступная среда», «инклюзивное образование». «инвалидность». Формы и классификация инвалидности. Основные психологические особенности лиц с ОВЗ и/или инвалидностью 3. Освоить основные понятия, средства, методы, формы организации и виды адаптивной физической культуры 4 Изучить анатомо-физиологические особенности и типичные нарушения двигательной сферы студентов с

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП	
Цикл (раздел) ООП:	Б1.В.ДВ.03
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Антистрессовая пластическая гимнастика
2.1.2	Физиология физического воспитания и спорта
2.1.3	Анатомия
2.1.4	Физическая культура и спорт
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Лечебная физическая культура и массаж

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
ПК-2: Способен осуществлять педагогическую деятельность по реализации дополнительных и основных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта	
ИД-1.ПК-2: Владеет естественно-научными, туристско-рекреационными, физкультурно-спортивными знаниями и умениями, необходимыми для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств обучающихся в области физической культуры, спорта и туризма	
Знать Нормативно-правовые аспекты, материально-техническое обеспечение доступности инклюзивного образования в области физического воспитания лиц с ОВЗ и/или инвалидностью Понятия «доступная среда», «инклюзивное образование». «инвалидность». Формы и классификация инвалидности. Основные психологические особенности лиц с ОВЗ и/или инвалидностью, средства, методы, формы организации и виды адаптивной физической культуры Анатомо-физиологические особенности и типичные нарушения двигательной сферы студентов с соматическими заболеваниями и нарушениями опорно-двигательного аппарата Уметь Проектировать содержания и методики учебных занятий по дисциплинам «Адаптивная физическая культура и спорт», «Элективная дисциплина по адаптивной физической культуре и спорту» для лиц с ОВЗ и/или с инвалидностью Владеть Навыками организации и методика занятий физической культурой для лиц с ОВЗ и/или с инвалидностью	
ИД-2.ПК-2: Способен осуществлять реализацию оздоровительных, туристско-рекреационных и физкультурно-спортивных задач обучения и воспитания в области физической культуры, спорта и туризма	
Знать способы осуществления и реализации оздоровительных, туристско-рекреационных и физкультурно-спортивных задач обучения и воспитания в области физической культуры, спорта и туризма Уметь Осуществлять и реализовывать оздоровительные, туристско-рекреационные и физкультурно-спортивные задачи обучения и воспитания в области физической культуры, спорта и туризма Владеть способами осуществления и реализации оздоровительных, туристско-рекреационных и физкультурно-спортивных задач обучения и воспитания в области физической культуры, спорта и туризма	

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)							
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Раздел 1. Общие основы адаптивной физической культуры						
1.1	Нормативно-правовые аспекты, материально-техническое обеспечение доступности инклюзивного образования в области физического воспитания лиц с ОВЗ и/или инвалидностью /Лек/	8	4	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1Л2.1 Л2.2	0	
1.2	Понятия «доступная среда», «инклюзивное образование». «инвалидность». Формы и классификация инвалидности. Основные психологические особенности лиц с ОВЗ и/или инвалидностью /Лаб/	8	2	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1Л2.1 Л2.2	0	
1.3	Основные понятия, средства, методы, формы организации и виды адаптивной физической культуры /Лек/	8	2	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1Л2.1 Л2.2	0	
1.4	Основные психологические особенности лиц с ОВЗ и/или инвалидностью /Ср/	8	4	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1Л2.1 Л2.2	0	
	Раздел 2. Раздел 2. Основы медицинских знаний в области адаптивной физической культуры						
2.1	Анатомо-физиологические особенности и типичные нарушения двигательной сферы лиц с соматическими заболеваниями /Лек/	8	4	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1Л2.1 Л2.2	0	
2.2	Анатомо-физиологические особенности и типичные нарушения двигательной сферы лиц с нарушениями опорно- двигательного аппарата /Лек/	8	2	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1Л2.1 Л2.2	0	
2.3	Анатомо-физиологические особенности и типичные нарушения двигательной сферы студентов с ДЦП /Лаб/	8	4	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1Л2.1 Л2.2	0	
2.4	Рекомендации и противопоказания к занятиям адаптивной физической культурой /Ср/	8	20	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1Л2.1 Л2.2	0	
	Раздел 3. Особенности проектирования содержания и методики дисциплин по физической культуре для лиц с ОВЗ и/или с инвалидностью						
3.1	Особенности организации и методика занятий физической культурой для лиц с различными нарушениями /Лаб/	8	18	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1Л2.1 Л2.2	0	
3.2	Особенности организации и методика занятий физической культурой для лиц с различными нарушениями состояния здоровья /Ср/	8	47,4	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1Л2.1 Л2.2	0	
	Раздел 4. Промежуточная аттестация (экзамен)						
4.1	Подготовка к экзамену /Экзамен/	8	34,75	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1Л2.1 Л2.2	0	
4.2	Контроль СР /КСРАтт/	8	0,25	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1Л2.1 Л2.2	0	

4.3	Контактная работа /КонсЭк/	8	1	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1Л2.1 Л2.2	0	
	Раздел 5. Консультации						
5.1	Консультация по дисциплине /Конс/	8	0,6	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1Л2.1 Л2.2	0	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

1. Понятия «доступная среда», «инклюзивное образование». «инвалидность». Формы и классификация инвалидности. Основные психологические особенности лиц с ОВЗ и/или инвалидностью
2. Нормативно-правовые аспекты, материально-техническое обеспечение доступности инклюзивного образования в области физического воспитания лиц с ОВЗ и/или инвалидностью
3. Основные понятия, средства, методы, формы организации и виды адаптивной физической культуры
4. Основные психологические особенности лиц с ОВЗ и/или инвалидностью
5. Анатомо-физиологические особенности и типичные нарушения двигательной сферы лиц с соматическими заболеваниями
6. Анатомо-физиологические особенности и типичные нарушения двигательной сферы лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата
7. Анатомо-физиологические особенности и типичные нарушения двигательной сферы студентов с ДЦП
8. Анатомо-физиологические особенности и типичные нарушения двигательной сферы студентов с патологиями органов зрения и слуха
9. Рекомендации и противопоказания к занятиям адаптивной физической культурой
10. Врачебно-педагогический контроль на занятиях адаптивной физической культурой
11. Основы первой доврачебной помощи на занятиях адаптивной физической культурой
12. Особенности проектирования содержания и методики дисциплин по физической культуре для лиц с ОВЗ и/или с инвалидностью
13. Особенности организации и методики занятий физической культурой для лиц с патологиями органов зрения
14. Особенности организации и методики занятий физической культурой для лиц с патологиями органов слуха
15. Особенности организации и методики занятий физической культурой для лиц с соматическими заболеваниями
16. Особенности организации и методики занятий физической культурой для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата
17. Особенности ведения дневника самоконтроля при работе с лицами с ОВЗ и/или с инвалидностью
18. Использование физкультурно- оздоровительных технологий на занятиях АФК
19. Проектирование адаптированных учебных программ высшего образования по дисциплинам «Адаптивная физическая культура и спорт», «Элективная дисциплина по адаптивной физической культуре и спорту» для лиц с ОВЗ и/или с инвалидностью

5.2. Темы письменных работ

1. Адаптивное физическое воспитание, адаптивная двигательная рекреация, адаптивный спорт, адаптивная физическая реабилитация, экстремальные виды двигательной активности, креативные (телесно-ориентированные) практики – как компонент адаптивной физической культуры, способствующий социальной адаптации, реабилитации и интеграции в общество лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов (выбрать один из компонентов)
2. Государственные органы управления АФК и их взаимодействия с государственными органами управления образованием, здравоохранением, социальной защиты инвалидов и др. структур, занимающимися проблемами данной категории населения в нашей стране и за рубежом.
3. Специальные (коррекционные) образовательные учреждения системы образования и системы социального обеспечения и организация в них адаптивного физического воспитания (выбрать одно из учреждений I-VIII вида).
4. Организация адаптивного физического воспитания в домах ребёнка.
5. Организация адаптивного физического воспитания со специальными (медицинскими) группами в дошкольных, школьных, средних и высших профессиональных учреждениях, а также с учащимися классов коррекционного обучения в массовых школах.
6. Адаптивный спорт – социальный феномен, интегрирующий лечебное, рекреационное и спортивное направление физической культуры.
7. Государственные и общественные органы управления адаптивным спортом, координация их деятельности. Организация адаптивного спорта в мировом сообществе.
8. Паралимпийское, Специальное Олимпийское и Сурдлимпийское движение как основное направление развития адаптивного спорта (выбрать одно из направлений адаптивного спорта).

5.3. Фонд оценочных средств

Формируется отдельным документом в соответствии с Положением о фонде оценочных средств ГАГУ

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**6.1. Рекомендуемая литература****6.1.1. Основная литература**

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Эл. адрес
Л1.1	Магомедов Р. Р., Щупленков Н. О., Щупленков [и др.] О. В., Магомедов Р. Р.	Физическая культура и спорт с элементами адаптивной физической культуры: учебное пособие	Ставрополь: СГПИ, 2017	https://e.lanbook.com/book/117747

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Эл. адрес
Л2.1	Касмакова Л. Е.	Адаптивное физическое воспитание лиц с интеллектуальными нарушениями: учебное пособие	Казань: Поволжский ГУФКСИТ, 2019	https://e.lanbook.com/book/154984
Л2.2	Бойко Н. А., Бойко В. Н.	Адаптивное физическое воспитание детей школьного возраста: учебно-методическое пособие	Сургут: СурГПУ, 2016	https://icdlib.nspu.ru/catalog/details/icdlib/2267449.php

6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	MS WINDOWS
6.3.1.2	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса СТАНДАРТНЫЙ

6.3.2 Перечень информационных справочных систем**7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

	лекция-визуализация
--	---------------------

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Номер аудитории	Назначение	Основное оснащение
212 А2	Лаборатория методики обучения физической культуре. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнение курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и	Рабочее место преподавателя. Посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся). Ноутбук, проектор, экран, стенд «Методические рекомендации по практической подготовке для студентов»
9 А2	Зал для занятий специальной медицинской группы. Учебная аудитория для занятий специальной медицинской группы, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной	Рабочее место преподавателя. Гантели, коврик гимнастический, медбол 3 кг, медицинбол - 3 кг, мяч гимнастический, степ-доска, утяжелитель 2 кг., штанга, эспандер, бодибар 2 кг., бодибар 3 кг, бодибар 6 кг

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические рекомендации по подготовке к тестированию

Тесты – это вопросы или задания, предусматривающие конкретный, краткий, четкий ответ на имеющиеся эталоны ответов. При самостоятельной подготовке к тестированию студенту необходимо:

- готовясь к тестированию, проработайте информационный материал по дисциплине. Проконсультируйтесь с преподавателем по вопросу выбора учебной литературы;
- четко выясните все условия тестирования заранее. Вы должны знать, сколько тестов Вам будет предложено, сколько времени отводится на тестирование, какова система оценки результатов и т.д.
- приступая к работе с тестами, внимательно и до конца прочтите вопрос и предлагаемые варианты ответов. Выберите правильные (их может быть несколько). На отдельном листке ответов выпишите цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам;
- в процессе решения желательнее применять несколько подходов в решении задания. Это позволяет максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант.
- если Вы встретили чрезвычайно трудный для Вас вопрос, не тратьте много времени на него. Переходите к другим

тестам. Вернитесь к трудному вопросу в конце.

е) обязательно оставьте время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок.

Методические рекомендации по подготовке к зачету

Готовиться к зачету необходимо последовательно, с учетом контрольных вопросов, разработанных ведущим преподавателем кафедры. Сначала следует определить место каждого контрольного вопроса в соответствующем разделе темы учебной программы, а затем внимательно прочитать и осмыслить рекомендованные научные работы, соответствующие разделы рекомендованных учебников. При этом полезно делать хотя бы самые краткие выписки и заметки. Работу над темой можно считать завершенной, если вы сможете ответить на все контрольные вопросы и дать определение понятий по изучаемой теме. Для обеспечения полноты ответа на контрольные вопросы и лучшего запоминания теоретического материала рекомендуется составлять план ответа на контрольный вопрос. Это позволит сэкономить время для подготовки непосредственно перед зачетом за счет обращения не к литературе, а к своим записям.

При подготовке необходимо выявлять наиболее сложные, дискуссионные вопросы, с тем, чтобы обсудить их с преподавателем на обзорных лекциях и консультациях.

Нельзя ограничивать подготовку к зачету простым повторением изученного материала. Необходимо углубить и расширить ранее приобретенные знания за счет новых идей и положений.

Результат по сдаче зачета объявляется студентам, вносится в экзаменационную ведомость.

Незачет проставляется только в ведомости. После чего студент освобождается от дальнейшего присутствия на зачете.

При получении незачета повторная сдача осуществляется в другие дни, установленные деканатом.

Положительные оценки «зачтено» выставляются, если студент усвоил учебный материал, исчерпывающе, логически, грамотно изложив его, показал знания специальной литературы, не допускал существенных неточностей, а также правильно применял понятийный аппарат.