ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель направления

Электронный документ, подписанный ПЭП, хранится в системе электронного документооборота Южно-Уральского государственного университета
СВЕДЕНИЯ О ВЛАДЕЛЬЦЕ ПЭП
Кому выдан: Сумина Е. В.
Пользователь: suminaev
Дата подписания: 21.05.2023

Е. В. Сумина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.11.01 Адаптивная физическая культура и спорт
для направления 40.03.01 Юриспруденция
уровень Бакалавриат
форма обучения очная
кафедра-разработчик Социально-гуманитарные и правовые дисциплины

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 40.03.01 Юриспруденция, утверждённым приказом Минобрнауки от 13.08.2020 № 1011

Зав.кафедрой разработчика,
д.юрид.н., проф.

Электронный документ, подписанный ПЭП, хранится в системе электронного документооборота Южно-Уральского государственного университета
СВЕДЕНИЯ О ВЛАДЕЛЬЦЕ ПЭП
Кому выдан: Соловьев С. Г.
Пользователь: solovevsg
Дата подписания: 21.05.2023

С. Г. Соловьев

Разработчик программы,
к.пед.н., доцент

Электронный документ, подписанный ПЭП, хранится в системе электронного документооборота Южно-Уральского государственного университета
СВЕДЕНИЯ О ВЛАДЕЛЬЦЕ ПЭП
Кому выдан: Васильева О. С.
Пользователь: osvasileva
Дата подписания: 19.05.2023

О. С. Васильева

Миасс

1. Цели и задачи дисциплины

Целью освоения дисциплины "Адаптивная физическая культура и спорт" является максимально возможное развитие жизнеспособности студента, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья, используя основные формы, средства и методы адаптивной физической культуры, коррекцию физического развития студентов с ограниченными возможностями здоровья, реабилитацию двигательных функций организма, развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья. Задачами освоения дисциплины "Адаптивная физическая культура и спорт" является 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. Внутренними важнейшими задачами адаптивной физической культуры выступают оздоровительные и коррекционные задачи: - укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма студентов; - активизация защитных сил организма студентов; - повышение физиологической активности органов и систем организма; - укрепление и развитие сердечно-сосудистой и дыхательной системы; - коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия, коксартрозы); коррекция и компенсация нарушений психомоторики (преодоление страха, замкнутого пространства, высоты, нарушение координации движений, завышение или занижение самооценки); - коррекция и развитие общей и мелкой моторики; - обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья студентов.

Краткое содержание дисциплины

Дисциплина "Адаптивная физическая культура и спорт"включает в себя теоретические и практические знания. Можно выделить вопросы по истории физической культуры и спорта, личной гигиене, основам организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями. Материал по способам двигательной деятельности предусматривает обучение студентов элементарным умениям самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность, оказывать доврачебную помощь при легких травмах. Овладение этими умениями соотносится в программе с освоением студентов соответствующего содержания практических и теоретических разделов. К формам организации занятий по адаптивной физической культуре в начале семестра относятся разнообразные уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в течении учебного года и самостоятельные занятия физическими упражнениями. Для более качественного освоения предметного содержания настоящей программы рекомендуется уроки физической культуры подразделять на три типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знает: комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде лиц с ограниченными возможностями здоровья

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Нет	1.О.00 Физическая культура

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 0 з.е., 328 ч., 289,25 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах				
		Номер семестра				
		1	2	3	4	5
Общая трудоёмкость дисциплины	328	72	72	72	72	40
Аудиторные занятия:	288	64	64	64	64	32
Лекции (Л)	16	8	8	0	0	0
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	272	56	56	64	64	32
Лабораторные работы (ЛР)	0	0	0	0	0	0
Самостоятельная работа (СРС)	38,75	7,75	7,75	7,75	7,75	7,75
Подготовка к зачету	7,5	0	3.75	0	3.75	0
Подготовка к зачету	11,25	3.75	0	3.75	0	3.75
ЛФК понятия, характеристики, Написание письменных работ реферативной направленности	4	0	0	0	4	0
Основные понятия физиотерапии. Написание письменных работ реферативной направленности.	4	0	0	4	0	0
Средства и методы физической реабилитации. Написание письменных работ реферативной направленности	4	0	4	0	0	0
Массаж, виды, характеристики, системы. Написание письменных работ реферативной направленности	4	4	0	0	0	0

Физическая реабилитация. Написание письменных работ реферативной направленности	4	0	0	0	0	4
Консультации и промежуточная аттестация	1,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Теория Адаптивной физической культуры	16	16	0	0
2	Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды)	88	0	88	0
3	Элементы различных видов спорта (адаптивные виды и формы)	80	0	80	0
4	Профилактическая и оздоровительная гимнастика, ЛФК	100	0	100	0
5	Контрольный раздел	4	0	4	0

5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1-2	1	Структура Адаптивной физической культуры	4
3-4	1	История Адаптивной физической культуры	4
5-6	1	Врачебно-педагогический контроль Адаптивной физической культуры	4
7-8	1	Организация и особенности проведения занятий по Адаптивной физической культуре	4

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1-2	2	Упражнения для развития силы	4
3-4	2	Упражнения для развития силы: упражнения с отягощением	4
5-6	2	Упражнения для развития силы: с сопротивлением упругих предметов (эспандеры и резиновые мортизаторы)	4
7-8	2	Упражнения для развития силы: с отягощением (гантели, набивные мячи).	4
9-10	2	Упражнения для развития выносливости	4
11-12	2	Упражнения для развития выносливости: упражнения или элементы с постепенным увеличением времени их выполнения	4
13-14	2	Упражнения для развития быстроты	4
15-16	2	Упражнения для развития быстроты, совершенствование двигательных реакций повторным реагированием на различные (зрительные, звуковые, тактильные) сигналы	4
17-18	2	Упражнения для развития гибкости	4
19-20	2	Методы развития гибкости: активные (простые, пружинящие, маховые)	4
21-22	2	Методы развития гибкости: пассивные (с самозахватами или с помощью партнера)	4

23-24	2	Использование гимнастических упражнений, элементов йоги, пилатеса, стретчинга	4
25-26	2	Упражнение для развития ловкости	4
27-28	2	Методы воспитания ловкости	4
29-30	2	Методы воспитания ловкости. Использование подвижных, спортивных игр	4
31-32	2	Методы воспитания ловкости. Использование гимнастических упражнений, элементов аэробики.	4
33-34	2	Упражнение на координацию	4
35-36	2	Закрепление упражнений для развития силы	4
37-38	2	Закрепление упражнений для развития выносливости	4
39-40	2	Закрепление упражнений для развития гибкости	4
41-42	2	Закрепление упражнений для развития быстроты	4
43-44	2	Закрепление упражнений для развития ловкости	4
45-46	3	Легкая атлетика (адаптивные виды и формы)	4
47-48	3	Легкая атлетика (адаптивные виды и формы). Показания и противопоказания к выполнению легкоатлетических упражнений.	4
49-50	3	Легкая атлетика (адаптивные виды и формы). Ходьба и ее разновидности, сочетание ходьбы с упражнениями на дыхание, расслабление, с изменением времени прохождения дистанции	4
51-52	3	Легкая атлетика (адаптивные виды и формы). Бег и его разновидности	4
53-54	3	Легкая атлетика (адаптивные виды и формы). Оздоровительный бег	4
55-56	3	Легкая атлетика (адаптивные виды и формы). Спортивная ходьба	4
57-58	3	Спортивные игры (адаптивные формы)	4
59-60	3	Обучение технике спортивных игр: баскетбол	4
61-62	3	Обучение технике спортивных игр: волейбол	4
63-64	3	Обучение технике спортивных игр: футбол	4
65-66	3	Обучение технике спортивных игр: гандбол	4
67-68	3	Общие и специальные упражнения игрока: волейбол	4
69-70	3	Общие и специальные упражнения игрока: баскетбол	4
71-72	3	Общие и специальные упражнения игрока: футбол	4
73-74	3	Общие и специальные упражнения игрока: гандбол	4
75-76	3	Подвижные игры и эстафеты с предметами и без них, с простейшими способами передвижения	4
77-78	3	Подвижные игры и эстафеты с предметами и без них, с простейшими способами передвижения, не требующие проявленпия максимальных усилий и сложно-координационных действий.	4
79-80	3	Педагогическая характеристика подвижных игр и их форм	4
81-82	3	Доступные виды эстафет: с предметами и без них	4
83-84	3	Теоретическое ознакомление с различными видами подвижных и спортивных игр	4
85	4	Закаливание и его значение для организма человека.	2
86-87	4	Занятие на улице, методические принципы и рекомендации к закаливанию.	4
88-89	4	Занятие на улице, методические принципы и рекомендации к закаливанию. Методики закаливания солнцем, воздухом и водой	4
90	4	Лечебная гимнастика (ЛФК)	2
91-92	4	Лечебная гимнастика (ЛФК), направленная на восстановление и развитие функций организма, полностью или частично утраченных студентом после болезни, травмы и др.	4
93-94	4	Общие требования к применению ЛФК при патологии сердечно-сосудистой системы	4

95-96	4	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	4
97-98	4	ЛФК при заболеваниях органов дыхания	4
99-100	4	ЛФК при заболеваниях органов пищеварения	4
101-102	4	ЛФК при заболеваниях нервной системы	4
103-104	4	ЛФК при заболеваниях суставов и мягких тканей	4
105-106	4	ЛФК при ожогах и отморожениях	4
107-108	4	ЛФК при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата	4
109-110	4	Особенности реабилитации спортсменов после травм и заболеваний ОДА	4
111-112	4	ЛФК при патологиях позвоночника	4
113	4	ЛФК после операций на грудной клетке	2
114	4	ЛФК после операций брюшной полости	2
115	4	ЛФК после ампутации конечности	2
116	4	ЛФК при ишемической болезни	2
117	4	ЛФК при гипертонической болезни	2
118	4	ЛФК при инфаркте миокарда	2
119	4	ЛФК при острой пневмонии	2
120	4	ЛФК при хроническом бронхите	2
121	4	ЛФК при бронхиальной астме	2
122	4	ЛФК при плеврите	2
123	4	ЛФК при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки	2
124	4	ЛФК при хроническом гастрите	2
125	4	ЛФК при холецистите	2
126	4	Лечебная физическая культура при сахарном диабете	2
127	4	ЛФК при ожирении	2
128	4	Лечебная физическая культура при артрите	2
129	4	ЛФК при остеохондрозе	2
130	4	Лечебная физическая культура при сколиозе	2
131	4	Лечебная физическая культура при плоскостопии	2
132	4	ЛФК при мозговом инсульте	2
133	4	ЛФК при травматической болезни спинного мозга (ТБСМ)	2
134	4	ЛФК при компрессионных переломах позвоночника	2
135	5	Контрольные мероприятия по профилактической и оздоровительной гимнастике,ЛФК	2
136	5	Контрольные мероприятия по адаптивным формам и видам общей физической подготовке. Контрольные мероприятия по адаптивным формам и методам элементов различных видов спорта	2

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием	Семестр	Кол-

	разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс		во часов
Подготовка к зачету	ЭУМД, осн. лит.,1,2,3,5,6,7. доп. лит., 4	4	3,75
Подготовка к зачету	ЭУМД, осн. лит.,1,3,5,7. доп. лит., 4	1	3,75
ЛФК понятия, характеристики, Написание письменных работ реферативной направленности	ЭУМД, осн. лит. 5 Глава 4: стр. 127-185.; осн. лит 2., Глава 3, стр. 65-141.; доп. лит 4.	4	4
Подготовка к зачету	ЭУМД, осн. лит.,2,3,5,6. доп. лит., 4	2	3,75
Подготовка к зачету	ЭУМД, осн. лит.,1,2,3,5,6,7. доп. лит., 4	5	3,75
Основные понятия физиотерапии. Написание письменных работ реферативной направленности.	ЭУМД, осн. лит 2., Глава 5: стр. 190-287. осн. лит. 1., Глава 1: стр. 41-52	3	4
Средства и методы физической реабилитации. Написание письменных работ реферативной направленности	ЭУМД, осн. лит., 6.; осн. лит., 5. Глава 1: стр. 15-78	2	4
Массаж, виды, характеристики, системы. Написание письменных работ реферативной направленности	ЭУМД, осн. лит 2., Глава 4, стр. 141-187	1	4
Физическая реабилитация. Написание письменных работ реферативной направленности	ЭУМД, осн. лит 2., Глава 2: стр. 29-61.; осн. лит 1., Глава 1: стр. 5-61.	5	4
Подготовка к зачету	ЭУМД, осн. лит.,1,2,6,7.	3	3,75

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	Учи-тыва-ется в ПА
1	1	Текущий контроль	Посещаемость	0,7	10	Посещение не менее 75% учебных занятий, контроль осуществляется в течение текущего семестра. Выполнение требований по посещению занятий на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов – 10.	зачет
2	1	Текущий контроль	Мед. справка	0,4	5	Выполнение требований по предоставлению в срок до начала занятий или на первое занятие мед. справки оценивается в 5 баллов. Не посещение занятии по причине отсутствия справки расценивается	зачет

						как прогул. Предоставление справки со сдвигом в одну неделю - это смещение балла на 1 единицу. Не выполнение нормативов в течении 5 недель от начала занятий - 0 баллов. Максимальное количество баллов – 5.	
3	1	Текущий контроль	Выполнение письменной работы реферативной направленности	0,1	9	С каждым студентом проводится собеседование по заранее выполненной письменной работе. Работа содержит 3 практических вопроса. Правильный ответ на вопрос соответствует 3 баллам. Частично правильный ответ соответствует 1 баллу. Неправильный ответ на вопрос соответствует 0 баллов. Максимальное количество баллов – 9.	зачет
4	1	Текущий контроль	Техника безопасности	0,2	6	Собеседование по технике безопасности осуществляется на втором семинарском занятии, которое посвящено изучению предстоящих тем текущего семестра. Студенту задаются 3 вопроса из списка контрольных вопросов. Время, отведенное на опрос -10 минут. Правильный ответ на вопрос соответствует 2 баллам. Частично правильный ответ соответствует 1 баллу. Неправильный ответ на вопрос соответствует 0 баллов. Максимальное количество баллов – 6. Весовой коэффициент мероприятия – 0,4	зачет
5	1	Текущий контроль	Пресс	0,2	10	Выполнение требований по нормативу на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов – 10.	зачет
6	1	Текущий контроль	Отжимание	0,2	10	Выполнение требований по нормативу на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов – 10.	зачет
7	2	Текущий контроль	Посещаемость	0,7	10	Посещение не менее 75% учебных занятий, контроль осуществляется в течение текущего семестра. Выполнение требований по посещению занятий на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов –	зачет

						10.	
8	2	Текущий контроль	Выполнение письменной работы реферативной направленности	0,1	9	С каждым студентом проводится собеседование по заранее выполненной письменной работе. Работа содержит 3 практических вопроса. Правильный ответ на вопрос соответствует 3 баллам. Частично правильный ответ соответствует 1 баллу. Неправильный ответ на вопрос соответствует 0 баллов. Максимальное количество баллов – 9.	зачет
9	2	Текущий контроль	Техника безопасности	0,2	6	Собеседование по технике безопасности осуществляется на втором семинарском занятии, которое посвящено изучению предстоящих тем текущего семестра. Студенту задаются 3 вопроса из списка контрольных вопросов. Время, отведенное на опрос -10 минут. Правильный ответ на вопрос соответствует 2 баллам. Частично правильный ответ соответствует 1 баллу. Неправильный ответ на вопрос соответствует 0 баллов. Максимальное количество баллов – 6.	зачет
10	1	Проме-жуточная аттестация	Зачет	-	15	На зачете происходит оценивание учебной деятельности обучающихся. Рейтинг обучающегося по дисциплине определяется только по результатам текущего контроля. При условии выполнения всех мероприятий текущего контроля и достижении 60 % рейтинга обучающийся получает зачет. Студент вправе пройти контрольное мероприятие в рамках промежуточной аттестации (зачет) для улучшения своего рейтинга. Выполнение основных требований к зачету (прохождение медосмотра в установленные сроки; выполнение письменных работ реферативной направленности; прохождение собеседования по технике безопасности; посещение не менее 75% учебных занятий; обязательное выполнение контрольных и зачетных упражнений на удовлетворительную оценку или тестов по разделам учебной программы) осуществляется в течение текущего семестра, на зачете подводят итоги и возможна сдача недостающих тестов. На зачете также осуществляется	зачет

						индивидуальный разбор пройденного материал. Полное освоение темы оценивается в 15 баллов (оно включает в себя: теоретический материал, практическое выполнение и качество освоения). Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов - 15.	
11	2	Текущий контроль	Прыжок в длину с места	0,2	10	Выполнение требований по нормативу на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов – 10.	зачет
12	2	Текущий контроль	Поднимание туловища из положения лежа на животе	0,2	10	Выполнение требований по нормативу на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов – 10.	зачет
13	2	Проме-жуточная аттестация	Зачет	-	15	На зачете происходит оценивание учебной деятельности обучающихся. Рейтинг обучающегося по дисциплине определяется только по результатам текущего контроля. При условии выполнения всех мероприятий текущего контроля и достижении 60 % рейтинга обучающийся получает зачет. Студент вправе пройти контрольное мероприятие в рамках промежуточной аттестации (зачет) для улучшения своего рейтинга. Выполнение основных требований к зачету (прохождение медосмотра в установленные сроки; выполнение письменных работ реферативной направленности; прохождение собеседования по технике безопасности; посещение не менее 75% учебных занятий; обязательное выполнение контрольных и зачетных упражнений на удовлетворительную оценку или тестов по разделам учебной программы) осуществляется в течение текущего семестра, на зачете подводят итоги и возможна сдача недостающих тестов. На зачете также осуществляется индивидуальный разбор пройденного материал. Полное освоение темы оценивается в 15 баллов (оно включает в себя: теоретический материал, практическое выполнение и качество освоения). Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное	зачет

						количество баллов - 15.	
14	3	Текущий контроль	Посещаемость	0,7	10	Посещение не менее 75% учебных занятий, контроль осуществляется в течение текущего семестра. Выполнение требований по посещению занятий на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов – 10.	зачет
15	3	Текущий контроль	Мед. справка	0,4	5	Выполнение требований по предоставлению в срок до начала занятий или на первое занятие мед. справки оценивается в 5 баллов. Не посещение занятии по причине отсутствия справки расценивается как прогул. Предоставление справки со сдвигом в одну неделю - это смещение балла на 1 единицу. Не выполнение нормативов в течении 5 недель от начала занятий - 0 баллов. Максимальное количество баллов – 5.	зачет
16	3	Текущий контроль	Выполнение письменной работы реферативной направленности	0,1	9	С каждым студентом проводится собеседование по заранее выполненной письменной работе. Работа содержит 3 практических вопроса. Правильный ответ на вопрос соответствует 3 баллам. Частично правильный ответ соответствует 1 баллу. Неправильный ответ на вопрос соответствует 0 баллов. Максимальное количество баллов – 9.	зачет
17	3	Текущий контроль	Техника безопасности	0,2	6	Собеседование по технике безопасности осуществляется на втором семинарском занятии, которое посвящено изучению предстоящих тем текущего семестра. Студенту задаются 3 вопроса из списка контрольных вопросов. Время, отведенное на опрос -10 минут. Правильный ответ на вопрос соответствует 2 баллам. Частично правильный ответ соответствует 1 баллу. Неправильный ответ на вопрос соответствует 0 баллов. Максимальное количество баллов – 6. Весовой коэффициент мероприятия – 0,4	зачет
18	3	Текущий контроль	Волейбол (адаптивные формы). Передача мяча сверху двумя руками от стены	0,2	10	Выполнение требований по нормативу на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0	зачет

						баллов. Максимальное количество баллов – 10.	
19	3	Текущий контроль	Волейбол (адаптивные формы). Передача мяча снизу двумя руками от стены	0,2	10	Выполнение требований по нормативу на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов – 10.	зачет
20	3	Текущий контроль	Волейбол (адаптивные формы). Чередование передач мяча сверху, снизу двумя руками от стены	0,2	10	Выполнение требований по нормативу на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов – 10.	зачет
21	3	Текущий контроль	Баскетбол.(адаптивные формы) Штрафные броски (10 раз)	0,2	10	Выполнение требований по нормативу на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов – 10.	зачет
23	3	Проме-жуточная аттестация	Зачет	-	15	На зачете происходит оценивание учебной деятельности обучающихся. Рейтинг обучающегося по дисциплине определяется только по результатам текущего контроля. При условии выполнения всех мероприятий текущего контроля и достижении 60 % рейтинга обучающийся получает зачет. Студент вправе пройти контрольное мероприятие в рамках промежуточной аттестации (зачет) для улучшения своего рейтинга. Выполнение основных требований к зачету (прохождение медосмотра в установленные сроки; выполнение письменных работ реферативной направленности; прохождение собеседования по технике безопасности; посещение не менее 75% учебных занятий; обязательное выполнение контрольных и зачетных упражнений на удовлетворительную оценку или тестов по разделам учебной программы) осуществляется в течение текущего семестра, на зачете подводят итоги и возможна сдача недостающих тестов. На зачете также осуществляется индивидуальный разбор пройденного материал. Полное освоение темы оценивается в 15 баллов (оно включает в себя: теоретический материал, практическое выполнение и качество освоения). Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное	зачет

						количество баллов - 15.	
24	4	Текущий контроль	Посещаемость	0,7	10	Посещение не менее 75% учебных занятий, контроль осуществляется в течение текущего семестра. Выполнение требований по посещению занятий на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов – 10.	зачет
25	4	Текущий контроль	Выполнение письменной работы реферативной направленности	0,1	9	С каждым студентом проводится собеседование по заранее выполненной письменной работе. Работа содержит 3 практических вопроса. Правильный ответ на вопрос соответствует 3 баллам. Частично правильный ответ соответствует 1 баллу. Неправильный ответ на вопрос соответствует 0 баллов. Максимальное количество баллов – 9.	зачет
26	4	Текущий контроль	Техника безопасности	0,2	6	Собеседование по технике безопасности осуществляется на втором семинарском занятии, которое посвящено изучению предстоящих тем текущего семестра. Студенту задаются 3 вопроса из списка контрольных вопросов. Время, отведенное на опрос -10 минут. Правильный ответ на вопрос соответствует 2 баллам. Частично правильный ответ соответствует 1 баллу. Неправильный ответ на вопрос соответствует 0 баллов. Максимальное количество баллов – 6. Весовой коэффициент мероприятия – 0,4	зачет
27	4	Текущий контроль	Составление и показ комплекса упражнений с учетом особенностей заболевания	0,2	10	Выполнение требований по нормативу на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов – 10.	зачет
28	4	Текущий контроль	Сгибание и разгибание рук в упоре сзади	0,2	10	Выполнение требований по нормативу на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов – 10.	зачет
29	4	Текущий контроль	Составление и показ комплекса утренней гимнастики	0,2	10	Выполнение требований по нормативу на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество	зачет

						баллов – 10.	
30	4	Текущий контроль	Демонстрация одной из функциональных проб	0,2	10	Выполнение требований по нормативу на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов – 10.	зачет
31	4	Проме-жуточная аттестация	Зачет	-	15	На зачете происходит оценивание учебной деятельности обучающихся. Рейтинг обучающегося по дисциплине определяется только по результатам текущего контроля. При условии выполнения всех мероприятий текущего контроля и достижении 60 % рейтинга обучающийся получает зачет. Студент вправе пройти контрольное мероприятие в рамках промежуточной аттестации (зачет) для улучшения своего рейтинга. Выполнение основных требований к зачету (прохождение медосмотра в установленные сроки; выполнение письменных работ реферативной направленности; прохождение собеседования по технике безопасности; посещение не менее 75% учебных занятий; обязательное выполнение контрольных и зачетных упражнений на удовлетворительную оценку или тестов по разделам учебной программы) осуществляется в течение текущего семестра, на зачете подводят итоги и возможна сдача недостающих тестов. На зачете также осуществляется индивидуальный разбор пройденного материал. Полное освоение темы оценивается в 15 баллов (оно включает в себя: теоретический материал, практическое выполнение и качество освоения). Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов - 15.	зачет
32	5	Текущий контроль	Посещаемость	0,7	10	Посещение не менее 75% учебных занятий, контроль осуществляется в течение текущего семестра. Выполнение требований по посещению занятий на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов – 10.	зачет
33	5	Текущий контроль	Мед. справка	0,4	5	Выполнение требований по предоставлению в срок до начала	зачет

						занятий или на первое занятие мед. справки оценивается в 5 баллов. Не посещение занятии по причине отсутствия справки расценивается как прогул. Предоставление справки со сдвигом в одну неделю - это смещение балла на 1 единицу. Не выполнение нормативов в течении 5 недель от начала занятий - 0 баллов. Максимальное количество баллов – 5.	
34	5	Текущий контроль	Выполнение письменной работы реферативной направленности	0,1	9	С каждым студентом проводится собеседование по заранее выполненной письменной работе. Работа содержит 3 практических вопроса. Правильный ответ на вопрос соответствует 3 баллам. Частично правильный ответ соответствует 1 баллу. Неправильный ответ на вопрос соответствует 0 баллов. Максимальное количество баллов – 9.	зачет
35	5	Текущий контроль	Техника безопасности	0,2	6	Собеседование по технике безопасности осуществляется на втором семинарском занятии, которое посвящено изучению предстоящих тем текущего семестра. Студенту задаются 3 вопроса из списка контрольных вопросов. Время, отведенное на опрос -10 минут. Правильный ответ на вопрос соответствует 2 баллам. Частично правильный ответ соответствует 1 баллу. Неправильный ответ на вопрос соответствует 0 баллов. Максимальное количество баллов – 6. Весовой коэффициент мероприятия – 0,4	зачет
36	5	Текущий контроль	Приседания на одной ноге с опорой	0,2	10	Выполнение требований по нормативу на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов – 10.	зачет
37	5	Текущий контроль	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (см)	0,2	10	Выполнение требований по нормативу на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов – 10.	зачет
38	5	Текущий контроль	Составление комплекса производственной гимнастики с учетом особенностей будущей	0,2	10	Выполнение требований по нормативу на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество	зачет

			профессии			баллов – 10.	
39	5	Текущий контроль	Бег 1000 м	0,2	10	Выполнение требований по нормативу на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов – 10.	зачет
40	5	Текущий контроль	Бег 2000 м.	0,2	10	Выполнение требований по нормативу на 100 % оценивается в 10 баллов и рассчитывается исходя из этого. Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов – 10.	зачет
41	5	Проме-жуточная аттестация	Зачет	-	15	На зачете происходит оценивание учебной деятельности обучающихся. Рейтинг обучающегося по дисциплине определяется только по результатам текущего контроля. При условии выполнения всех мероприятий текущего контроля и достижении 60 % рейтинга обучающийся получает зачет. Студент вправе пройти контрольное мероприятие в рамках промежуточной аттестации (зачет) для улучшения своего рейтинга. Выполнение основных требований к зачету (прохождение медосмотра в установленные сроки; выполнение письменных работ реферативной направленности; прохождение собеседования по технике безопасности; посещение не менее 75% учебных занятий; обязательное выполнение контрольных и зачетных упражнений на удовлетворительную оценку или тестов по разделам учебной программы) осуществляется в течение текущего семестра, на зачете подводят итоги и возможна сдача недостающих тестов. На зачете также осуществляется индивидуальный разбор пройденного материал. Полное освоение темы оценивается в 15 баллов (оно включает в себя: теоретический материал, практическое выполнение и качество освоения). Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов - 15.	зачет

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной	Процедура проведения	Критерии оценивания

аттестации		
зачет	Студент вправе пройти контрольное мероприятие в рамках промежуточной аттестации (зачет) для улучшения своего рейтинга. Зачет проводится в соответствии с расписанием. Выполнение основных требований к зачету (прохождение медосмотра в установленные сроки; выполнение письменных работ реферативной направленности; прохождение собеседования по технике безопасности; посещение не менее 75% учебных занятий; обязательное выполнение контрольных и зачетных упражнений на удовлетворительную оценку или тестов по разделам учебной программы) осуществляется в течение текущего семестра, на зачете подводят итоги и возможна сдача недостающих тестов. На зачете также осуществляется индивидуальный разбор пройденного материал. Полное освоение темы оценивается в 15 баллов (оно включает в себя: теоретический материал, практическое выполнение и качество освоения). Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов - 15.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения
зачет	Студент вправе пройти контрольное мероприятие в рамках промежуточной аттестации (зачет) для улучшения своего рейтинга. Зачет проводится в соответствии с расписанием. Выполнение основных требований к зачету (прохождение медосмотра в установленные сроки; выполнение письменных работ реферативной направленности; прохождение собеседования по технике безопасности; посещение не менее 75% учебных занятий; обязательное выполнение контрольных и зачетных упражнений на удовлетворительную оценку или тестов по разделам учебной программы) осуществляется в течение текущего семестра, на зачете подводят итоги и возможна сдача недостающих тестов. На зачете также осуществляется индивидуальный разбор пройденного материал. Полное освоение темы оценивается в 15 баллов (оно включает в себя: теоретический материал, практическое выполнение и качество освоения). Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов - 15.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения
зачет	Студент вправе пройти контрольное мероприятие в рамках промежуточной аттестации (зачет) для улучшения своего рейтинга. Зачет проводится в соответствии с расписанием. Выполнение основных требований к зачету (прохождение медосмотра в установленные сроки; выполнение письменных работ реферативной направленности; прохождение собеседования по технике безопасности; посещение не менее 75% учебных занятий; обязательное выполнение контрольных и зачетных упражнений на удовлетворительную оценку или тестов по разделам учебной программы) осуществляется в течение текущего семестра, на зачете подводят итоги и возможна сдача недостающих тестов. На зачете также осуществляется индивидуальный разбор пройденного материал. Полное освоение темы оценивается в 15 баллов (оно включает в себя: теоретический материал, практическое выполнение и качество освоения). Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов - 15.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения
зачет	Студент вправе пройти контрольное мероприятие в рамках промежуточной аттестации (зачет) для улучшения своего рейтинга. Зачет проводится в соответствии с расписанием. Выполнение основных требований к зачету (прохождение	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

	медосмотра в установленные сроки; выполнение письменных работ реферативной направленности; прохождение собеседования по технике безопасности; посещение не менее 75% учебных занятий; обязательное выполнение контрольных и зачетных упражнений на удовлетворительную оценку или тестов по разделам учебной программы) осуществляется в течение текущего семестра, на зачете подводят итоги и возможна сдача недостающих тестов. На зачете также осуществляется индивидуальный разбор пройденного материал. Полное освоение темы оценивается в 15 баллов (оно включает в себя: теоретический материал, практическое выполнение и качество освоения). Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов - 15.	
зачет	Студент вправе пройти контрольное мероприятие в рамках промежуточной аттестации (зачет) для улучшения своего рейтинга. Зачет проводится в соответствии с расписанием. Выполнение основных требований к зачету (прохождение медосмотра в установленные сроки; выполнение письменных работ реферативной направленности; прохождение собеседования по технике безопасности; посещение не менее 75% учебных занятий; обязательное выполнение контрольных и зачетных упражнений на удовлетворительную оценку или тестов по разделам учебной программы) осуществляется в течение текущего семестра, на зачете подводят итоги и возможна сдача недостающих тестов. На зачете также осуществляется индивидуальный разбор пройденного материал. Полное освоение темы оценивается в 15 баллов (оно включает в себя: теоретический материал, практическое выполнение и качество освоения). Не выполнение нормативов 0 баллов. Максимальное количество баллов - 15.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ																																
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	3
УК-7	Знает: комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде лиц с ограниченными возможностями здоровья	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

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. Касмакова, Л. Е. Адаптивный спорт в России и мировом сообществе : учебно-методическое пособие / Л. Е. Касмакова, Л. Ю. Коткова. — Казань : Поволжская ГАФКСиТ, 2017. — 71 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/156420 (дата обращения: 06.11.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Основы физической реабилитации : учебник / А. Н. Налобина, Т. Н. Фёдорова, И. Г. Таламова, Н. М. Курч ; под редакцией А. Н. Налобиной. — Омск : СибГУФК, 2017. — 328 с. — ISBN 978-5-91930-078-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/107602 (дата обращения: 27.06.2020). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Касмакова, Л. Е. Адаптивный спорт в России и мировом сообществе : учебно-методическое пособие / Л. Е. Касмакова, Л. Ю. Коткова. — Казань : Поволжская ГАФКСиТ, 2017. — 71 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/156420 (дата обращения: 06.11.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Основы физической реабилитации : учебник / А. Н. Налобина, Т. Н. Фёдорова, И. Г. Таламова, Н. М. Курч ; под редакцией А. Н. Налобиной. — Омск : СибГУФК, 2017. — 328 с. — ISBN 978-5-91930-078-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/107602 (дата обращения: 27.06.2020). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Хорошева, Т. А. Физическая реабилитация : учебно-методическое пособие / Т. А. Хорошева, Т. П. Епихина. — Тольятти : ТГУ, 2010. — 223 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/139854 (дата обращения: 06.11.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Основы физической реабилитации : учебник / А. Н. Налобина, Т. Н. Фёдорова, И. Г. Таламова, Н. М. Курч ; под редакцией А. Н. Налобиной. — Омск : СибГУФК, 2017. — 328 с. — ISBN 978-5-91930-078-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/107602 (дата обращения: 27.06.2020). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Избранные лекции по лечебной физической культуре : учебное пособие : в 3 частях / составитель Л. П. Черапкина. — Омск : СибГУФК, [б. г.]. — Часть 2 : Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов — 2017. — 108 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/107592 (дата обращения: 27.06.2020). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Хорошева, Т. А. Современные проблемы физической реабилитации : учебно-методическое пособие / Т. А. Хорошева, Г. М. Популо. — Тольятти : ТГУ, 2019. — 216 с. — ISBN 978-5-8259-1260-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/140092 (дата обращения: 06.11.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Бахнова, Т. В. Курс лекций по дисциплине: Адаптивное физическое воспитание в образовательных учреждениях начального, среднего профессионального и высшего образования : учебное пособие / Т. В. Бахнова. — Волгоград : ВГАФК, 2019. — 168 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/158206 (дата обращения: 06.11.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
6	Основная литература	Электронно-библиотечная система 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. — ISBN 978-5-8114-7832-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/166352 (дата обращения: 06.11.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
7	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Горелик, В. В. История адаптивной физической культуры : учебное пособие / В. В. Горелик, В. А. Рева. — Тольятти : ТГУ, 2012. — 111 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/139643 (дата обращения: 06.11.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

Нет

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	204 (3)	Бицепс-машина – 1 шт. Блок для мышц спины (верхняя тяга) – 2 шт. Блок для мышц спины (нижняя тяга) – 2 шт. Блочная рамка – 1 шт. Блочная рамка одинарная – 1 шт. Голень-машина сидя – 1 шт. Голень-машина стоя – 1 шт. Грудь-машина – 1 шт. Дельта машина – 1 шт. Жим горизонтальный – 1 шт. Комбинированный станок с разгружением – 2 шт. Рычажная тяга сидя – 1 шт. Скамейка горизонтальная – 1 шт. Скамейка для зажима горизонтальная – 1 шт. Твистер машина – 1 шт. Тренажер для кистей рук – 1 шт. Тренажер для мышц бедра-разгибатель – 1 шт. Тренажер для мышц бедра-сгибатель – 1 шт. Тренажер для мышц брюшного пресса – 1 шт. Тренажер для приводящих мышц бедра – 1 шт. Тренажер для ягодичных, приводящих и отводящих мышц бедра стоя – 1 шт. Тренажер для приводящих мышц бедра – 1 шт. Трицепс машина (французский жим) – 1 шт.
Практические занятия и семинары	124 (3)	Гак машина – 1 шт. Гантельный ряд 12-50 кг – 1 шт. Голень сидя – 1 шт. Дельта машина – 1 шт. Диски обрезиненные – 1 шт. Жим горизонтальный – 1 шт. Жим ногами углом 45 градусов – 1 шт. Комбинированный станок – 1 шт. Машина Смита – 1 шт. Рамка для приседания – 1 шт. Рычажная тяга – 1 шт. Скамейка горизонтальная – 1 шт. Скамейка для жима сидя – 1 шт. Скамейка для зажима горизонтальная – 1 шт. Скамейка для зажима под углом вверх – 1 шт. Скамейка для пресса регулируемая – 1 шт. Скамейка для приседания – 1 шт. Скамейка регулируемая – 2 шт. Скамейка Скотта – 1 шт. Станок для разгибания спины – 1 шт. Стойка под грифы – 1 шт. Стойка под диски – 1 шт. Стойка с набором гантелей – 1 шт. Т-образная тяга – 1 шт. Тренажер для мышц груди и задних дельт – 1 шт.
Практические занятия и семинары	207 (3)	Велотренажер – 1 шт.
Практические занятия и семинары	116 (3)	Ворота с сеткой передвижные металлические (футбол) Стойки мобильные (баскетбол) – 2 шт. Стойки передвижные без крепления к полу (волейбол) – 2 шт. Табло универсальное (баскетбол, футбол, волейбол) Сетка разделительная (волейбол)