

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Демченко Альберт Михайлович
Должность: И.о. ректора
Дата подписания: 17.06.2026 08:30:18
Уникальный программный ключ:
735ac335104bb4cd044a23562564d177d3d81162

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И
СПОРТА»
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Колледж Физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебной работе
к.п.н., доцент Фендель Т.В.

«28» _____ 05 _____ 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Теория и организация адаптивной физической культуры (ОПЦ.14)

Специальность	<i>49.02.02 Адаптивная физическая культура (на базе основного общего образования)</i>
Направленность программы	<i>«Проведение групповых и индивидуальных занятий по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации, в том числе по инклюзивной программе»</i>
Квалификация выпускника	<i>Педагог по адаптивной физической культуре и спорту</i>
Год начала подготовки (по учебному плану)	<i>2026</i>
Форма обучения, семестр	<i>очная: 5,6 семестры</i>
Трудоёмкость по рабочему учебному плану	<i>часов: 108</i>
Промежуточная аттестация	<i>зачет с оценкой</i>

Разработчик рабочей программы:

Бушманова Т.С., преподаватель

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОПЦ.14. Теория и организация адаптивной физической культуры является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура.

Дисциплина участвует в формировании следующих общих и профессиональных компетенций:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

ПК 2.2. Систематизировать педагогический опыт на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области адаптивной физической культуры.

1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

Код компетенции	Умения	Знания
ОК 01. ОК 02. ОК 06. ОК 08. ПК 2.2.	- ориентироваться в тенденциях развития адаптивной физической культуры; - правильно использовать терминологию в области адаптивной физической культуры; - находить и анализировать информацию по теории и организации адаптивной физической культуры, необходимую для решения профессиональных задач, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития	- основные понятия, функции, виды, средства, методы и принципы адаптивной физической культуры; - особенности обучения, воспитания и развития физических способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - характеристику основных видов адаптивной физической культуры

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

№	Виды учебной деятельности	Объем учебных занятий		
		5 сем.	6 сем.	Всего
1	Учебные занятия	52	50	102
1.1	Лекции	30	30	60
1.2	Практические занятия, лабораторные занятия, семинары / в т.ч. в форме практической подготовки	22/-	20/-	42/-
2	Самостоятельная работа / в том числе выполнение курсового проекта (работы), подготовка к промежуточной аттестации	2/-	4/-	6/-
3	Промежуточная аттестация – зачет с оценкой	-	+	+
4	Всего академических часов	54	54	108

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

2.2.1. Тематический план

№ раздела и темы	Наименование разделов и тем дисциплины	Виды учебной деятельности в часах				Всего академических часов
		Лекции	Учебные занятия		Самостоятельная работа	
			Практические занятия, лабораторные занятия, семинары	в т. ч. в форме практической подготовки		
5 семестр						
Раздел 1. Основные понятия, функции, виды, средства, методы и принципы адаптивной физической культуры		20	12	-	-	32
1.1	Основные понятия и термины адаптивной физической культуры	2	-	-	-	2
1.2	Функции адаптивной физической культуры	4	2	-	-	6
1.3	Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры	2	-	-	-	2
1.4	Средства адаптивной физической культуры	2	2	-	-	4
1.5	Методы адаптивной физической культуры	4	4	-	-	8
1.6	Формы организации занятий в адаптивной физической культуре	2	2	-	-	4
1.7	Принципы адаптивной физической культуры	4	2	-	-	6
Раздел 2. Обучение, воспитание и развитие физических способностей в адаптивной физической культуре		14	14	-	3	31

2.1	Обучение в адаптивной физической культуре	2	4	-	1	7
2.2	Воспитание личности в процессе занятий адаптивной физической культурой	2	-	-	-	2
2.3	Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре	6	6	-	1	7
Академических часов в 5 сем.		30	22	-	2	54
6 семестр						
2.3	Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре	4	4	-	1	5
Раздел 3. Общая характеристика основных видов адаптивной физической культуры		26	16	-	3	45
3.1	Адаптивное физическое воспитание	6	4	-	1	11
3.2	Адаптивный спорт	6	4	-	2	12
3.3	Адаптивная двигательная рекреация	6	2	-	-	10
3.4	Креативные (художественно-музыкальные) и экстремальные виды двигательной активности	4	4	-	-	8
3.5	Физическая реабилитация	4	2	-	-	6
Академических часов в 6 сем.		30	20	-	4	54
Всего академических часов		60	42	-	6	108

2.2.2. Содержание дисциплины

№ темы	Содержание учебного материала
<i>Раздел 1. Основные понятия, функции, виды, средства, методы и принципы адаптивной физической культуры</i>	
1.1	<i>Тема Основные понятия и термины адаптивной физической культуры</i> <i>Лекция 1.</i> Понятие «адаптивная физическая культура». Определения «инвалид», «обучающийся с ограниченными возможностями здоровья», «лица с отклонениями в состоянии здоровья», «реабилитация», «социальная интеграция», «социализация», «образ жизни». Цели и задачи адаптивной физической культуры, её роль и место в реабилитации и социальной интеграции инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья
	<i>Тема Функции адаптивной физической культуры</i> <i>Лекция 2.</i> Реабилитационные функции: коррекционная, компенсаторная, профилактическая. Педагогические функции: образовательная, воспитательная, ценностно-ориентационная, профессионально-подготовительная. <i>Лекция 3.</i> Функции физического воспитания и спорта: развивающая, соревновательная, рекреативная, гедонистическая, творческая. Социальные функции: социализирующая, коммуникативная, интегративная, гуманистическая.
	<i>Практическое занятие 1.</i> Анализ функций адаптивной физической культуры.
1.3	<i>Тема Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры</i> <i>Лекция 4.</i> Критерии выделения компонентов (видов) адаптивной физической культуры. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры: адаптивной физической воспитание, физическая реабилитация, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики, экстремальные виды двигательной активности.
	<i>Тема Средства адаптивной физической культуры</i> <i>Лекция 5.</i> Физические упражнения. Классификация физических упражнений.

	<p>Дополнительные средства. Естественно-средовые и гигиенические средства.</p> <p><i>Практическое занятие 2.</i> Определение возможностей применения средств адаптивной физической культуры.</p>
1.5	<p><i>Тема Методы адаптивной физической культуры</i></p> <p><i>Лекция 6.</i> Классификация методов адаптивной физической культуры. Методы обучения.</p> <p><i>Лекция 7.</i> Методы воспитания. Методы развития физических качеств и способностей.</p> <p><i>Практические занятия 3. 4.</i> Применение методов адаптивной физической культуры.</p>
1.6	<p><i>Тема Формы организации занятий в адаптивной физической культуре</i></p> <p><i>Лекция 8.</i> Урочные формы. Неурочные формы</p> <p><i>Практическое занятие 5.</i> Анализ форм организации занятий в адаптивной физической культуре</p>
1.7	<p><i>Тема Принципы адаптивной физической культуры</i></p> <p><i>Лекция 9.</i> Реабилитационные принципы. Педагогические принципы.</p> <p><i>Лекция 10.</i> Принципы физического воспитания и спорта. Социальные принципы.</p> <p><i>Практическое занятие 6.</i> Реализация системы принципов адаптивной физической культуры.</p>
<p><i>Раздел 2. Обучение, воспитание и развитие физических способностей в адаптивной физической культуре</i></p>	
2.1	<p><i>Тема Обучение в адаптивной физической культуре</i></p> <p><i>Лекция 11.</i> Особенности действий, используемых в адаптивной физической культуре. Структура процесса обучения действиям и особенности содержания ее этапов. Определяющие черты методики обучения действиям в адаптивной физической культуре.</p> <p><i>Практическое занятие 7.</i> Планирование поэтапного обучения конкретному двигательному действию.</p> <p><i>Практическое занятие 8.</i> Методы обучения двигательным действиям лиц с нарушением зрения, слуха, интеллекта, опорно-двигательного аппарата.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовка презентации на заданную тему.</p>
2.2	<p><i>Тема Воспитание личности в процессе занятий адаптивной физической культурой</i></p> <p><i>Лекция 12.</i> Воспитание волевых качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Морально-нравственное воспитание занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья.</p>
2.3	<p><i>Тема Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре</i></p> <p><i>Лекция 13.</i> Понятие о физических качествах и способностях. Автономные физические упражнения. Технологии императивного развития физических способностей. Средства и методы развития физических способностей у лиц, использующих технические средства для выполнения двигательных действий в положении сидя. Развитие силовых способностей в адаптивной физической культуре.</p> <p><i>Лекция 14.</i> Развитие скоростных способностей в адаптивной физической культуре.</p> <p><i>Лекция 15.</i> Развитие выносливости в адаптивной физической культуре.</p> <p><i>Лекция 16.</i> Развитие гибкости в адаптивной физической культуре.</p> <p><i>Лекция 17.</i> Развитие координационных способностей в адаптивной физической культуре.</p> <p><i>Практическое занятие 9.</i> Развитие силовых способностей в адаптивной</p>

	<p>физической культуре.</p> <p><i>Практическое занятие 10.</i> Развитие скоростных способностей в адаптивной физической культуре.</p> <p><i>Практическое занятие 11.</i> Развитие выносливости в адаптивной физической культуре.</p> <p><i>Практическое занятие 12.</i> Развитие гибкости в адаптивной физической культуре.</p> <p><i>Практическое занятие 13.</i> Развитие координационных способностей в адаптивной физической культуре.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовка комплекса упражнений для развития физических способностей (на выбор) для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.</p>
	<p><i>Раздел 3. Общая характеристика основных видов адаптивной физической культуры</i></p>
	<p><i>Тема Адаптивное физическое воспитание</i></p>
3.1	<p><i>Лекция 18.</i> Организация адаптивного физического воспитания в системе специального образования. Отличительные черты адаптивного физического воспитания. Конкретизация цели и задач, функций и принципов адаптивного физического воспитания.</p> <p><i>Лекция 19.</i> Организация адаптивного физического воспитания в системе массового образования. Организация и задачи физического воспитания для занимающихся специальными медицинскими групп.</p> <p><i>Лекция 20.</i> Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию. Отличительные черты методики обучения двигательным действиям и развития физических способностей занимающихся.</p> <p><i>Практическое занятие 14.</i> Анализ содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию.</p> <p><i>Практическое занятие 15.</i> Определение отличительных черт методики обучения двигательным действиям и развития физических способностей занимающихся.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Составление конспекта урока (занятия) по физической культуре для учащихся с ОВЗ.</p>
	<p><i>Тема Адаптивный спорт</i></p>
3.2	<p><i>Лекция 21.</i> Организация адаптивного спорта в России. Отличительные черты адаптивного спорта, конкретизация его целей и задач. Классификация основных направлений развития адаптивного спорта. Модели соревновательной деятельности, применяемые в адаптивном спорте.</p> <p><i>Лекция 22.</i> Паралимпийское движение – основное направление развития адаптивного спорта. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом.</p> <p><i>Лекция 23.</i> Специальное олимпийское движение как ведущее нетрадиционное направление развития адаптивного спорта. Принципиальные различия Паралимпийского и Специального олимпийского направлений адаптивного спорта.</p> <p><i>Практические занятия 16, 17.</i> Характеристика видов спорта, входящих в программу летних и зимних Паралимпийских игр. Решение тестового задания по теме.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовка презентации и доклада по теме «Паралимпийский вид спорта» (по выбору студента). Подготовка к решению тестового задания по теме.</p>
	<p><i>Тема Адаптивная двигательная рекреация</i></p>
3.3	<p><i>Лекция 24.</i> Организация адаптивной двигательной рекреации. Конкретизация цели и задач адаптивной двигательной рекреации, ее ведущих функций и</p>

	<p>принципов.</p> <p><i>Лекция 25.</i> Общая характеристика средств адаптивной двигательной рекреации и условий их применения.</p> <p><i>Лекция 26.</i> Отличительные черты средств и методов некоторых видов адаптивной двигательной рекреации.</p> <p><i>Практическое занятие 18.</i> Анализ средств адаптивной двигательной рекреации и условий их применения</p>
3.4	<p><i>Тема Креативные (художественно-музыкальные) и экстремальные виды двигательной активности</i></p> <p><i>Лекции 27.</i> Организация креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов двигательной активности. Конкретизация целей и задач креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов двигательной активности, их ведущих функций и принципов.</p> <p><i>Лекция 28.</i> Основные средства и отличительные черты методики креативных (художественно-музыкальных) видов адаптивной физической культуры. Основные средства и отличительные черты методики экстремальных видов адаптивной физической культуры.</p> <p><i>Практическое занятие 19.</i> Анализ средств и определение отличительных черт методики креативных (художественно-музыкальных) видов адаптивной физической культуры.</p> <p><i>Практическое занятие 20.</i> Анализ средств и определение отличительных черт методики экстремальных видов адаптивной физической культуры.</p>
3.5	<p><i>Тема Физическая реабилитация</i></p> <p><i>Лекция 29.</i> Организация физической реабилитации.</p> <p><i>Лекция 30.</i> Средства и методы физической реабилитации.</p> <p><i>Практическое занятие 21.</i> Анализ особенностей физической реабилитации.</p>

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Реализация программы дисциплины проводится в следующих специальных помещениях:

<p><i>Специальные помещения для проведения занятий всех видов и помещения для организации самостоятельной работы</i></p>	<p><i>Оборудование и технические средства обучения</i></p>
<p>аудитория № 12</p> <p>учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<p>Специализированная мебель (мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя); технические средства обучения (экран, проектор, ноутбук)</p>
<p>аудитория № 256</p> <p>учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<p>Специализированная мебель (мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя); технические средства обучения (экран, проектор, ноутбук)</p>
<p>аудитория № 207</p> <p>помещение для самостоятельной работы</p>	<p>Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; Технические средства обучения: компьютерная техника с</p>

обучающихся г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии
--	--

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

3.2.1. Электронные издания

1. Бегидова, Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник для среднего профессионального образования / Т. П. Бегидова. – 3-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. - 181 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-16755-9. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/563606>

2. Рипа, М. Д. Методы лечебной и адаптивной физической культуры : учебник для среднего профессионального образования / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 158 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07858-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563435>

3.2.2. Дополнительные источники

1. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник для студ. высш. и сред. уч. завед. в 2-х томах. Т.1: Введение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры / Под общ. ред. С. П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2010. – 291 с.

2. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник для студ. высш. и сред. уч. завед. в 2-х томах. Т.2. Содержание и методики адаптивной физической культуры / Под ред. С.П. Евсеева. – М: Советский спорт, 2009. – 448 с.

3. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / под общ. ред. проф. С. П. Евсеева. – М. : Советский спорт, 2014. – 298 с.

4. Фуряева, Т. В. Социальная реабилитация лиц с ограниченными возможностями здоровья : учебник для среднего профессионального образования / Т. В. Фуряева. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 205 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-19381-7. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/565027>

3.3 Перечень лицензионного программного обеспечения

№ п/п	Наименование программного продукта
	<i>Лицензионное программное обеспечение</i>
1.	Операционная система Windows 10 Pro
2.	Операционная система Windows 7 Professional
3.	Операционная система Windows 8.1 Pro
4.	Операционная система Windows Server 2008 R2 Standard
5.	Операционная система Windows Server 2012 R2
6.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2010 Standard
7.	1С Университет ПРОФ
8.	ABBY FineReader 11 Corporate Edition
9.	Kaspersky Endpoint Security 14
10.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)

11.	VideoStudio Pro X4 License (1 – 10)
12.	Astra Linux Special Edition
13.	Adobe Design Premium CS5.5
14.	Stat+ Professional 5.8 (Академическая версия)
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
15.	Яндекс Браузер
16.	Kinovea
17.	PDF24 11.23
18.	Telegram

3.4 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

<i>Электронно-библиотечные системы</i>		<i>Ссылка на ресурс</i>
1.	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	http://bibl.chgafkis.ru:8080/marcweb2/Default.asp
2.	Образовательная платформа «Юрайт» [электронный ресурс]	https://urait.ru/
3.	Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» [электронный ресурс]	http://window.edu.ru/
4.	Сайт Министерства спорта РФ [электронный ресурс]	http://www.minsport.gov.ru/
5.	Сайт журнала «Адаптивная физическая культура» [электронный ресурс]	https://afkonline.ru/

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины</i>		
<ul style="list-style-type: none"> - основные понятия, функции, виды, средства, методы и принципы адаптивной физической культуры; - особенности обучения, воспитания и развития физических способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - характеристику основных видов адаптивной физической культуры 	<ul style="list-style-type: none"> - определяет основные понятия адаптивной физической культуры; - устанавливает взаимосвязь между основными понятиями адаптивной физической культуры; - описывает функции адаптивной физической культуры; - перечисляет и объясняет сущность принципов адаптивной физической культуры; - перечисляет основные группы средств, методов адаптивной физической культуры; 	Устный опрос, проверочные работы, презентация с докладом, тестирование, зачет с оценкой

	<ul style="list-style-type: none"> - определяет особенности обучения, воспитания и развития физических способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - дает характеристику основным видам адаптивной физической культур 	
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины</i>		
<ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в тенденциях развития адаптивной физической культуры; - правильно использовать терминологию в области адаптивной физической культуры; - находить и анализировать информацию по теории и организации адаптивной физической культуры, необходимую для решения профессиональных задач, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития решения профессиональных задач 	<ul style="list-style-type: none"> - применяет знания о тенденциях развития адаптивной физической культуры с учетом задачи профессиональной деятельности; - применяет терминологию в области адаптивной физической культуры в соответствии с содержанием учебного материала; - находит и использует информацию по теории и организации адаптивной физической культуры, необходимую для решения профессиональных задач, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития решения профессиональных задач 	Оценка результатов выполнения практической работы, зачет с оценкой