

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Демченко Альберт Михайлович
Должность: И.о. ректора
Дата подписания: 02.06.2026 14:45:45
Уникальный программный ключ:
735ac335104bb4cd044a23562564d177d3d81162

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

Кафедра Адаптивной физической культуры и медико-биологических дисциплин

УТВЕРЖДАЮ:
Проректор по УВР
к.п.н., доцент Фендель Т.В.

«30» апреля 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Теория и методика адаптивной физической культуры (Б1.О.03)

Направление подготовки	<i>49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)</i>
Направленность (профиль) программы магистратуры	<i>«Физическая реабилитация»</i>
Квалификация выпускника	<i>магистр</i>
Год начала подготовки (по учебному плану)	<i>2026</i>
Форма обучения, семестр	<i>очная: 1 семестр заочная 1 семестр</i>
Трудоёмкость по рабочему учебному плану	<i>зачетных единиц: 3 часов: 108</i>
Промежуточная аттестация	<i>зачет</i>

Разработчик рабочей программы: _____
Ардашев А.Е., к.м.н., доцент

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры АФКиМБД
Протокол от «17» марта 2026 г. № 18

Рабочая программа одобрена на заседании УМС
Протокол от «16» апреля 2026 г. № 9

1 Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины

Целью дисциплины является воспитание у обучающихся по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) фундаментальных знаний в области теории и методики адаптивной физической культуры.

1.2 Задачи дисциплины

- сформировать необходимую систему знаний в области обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- сформировать у обучающихся представление об использовании средств и методов адаптивной физической культуры в процессе восстановления нарушенных функций;
- сформировать у обучающихся представление об использовании средств и методов адаптивной физической культуры для компенсации утраченных функций;
- сформировать у обучающихся представление о мероприятиях, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания;

2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Теория и методика адаптивной физической культуры» относится к обязательной части блока «Дисциплины».

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Процесс изучения дисциплины «Теория и методика адаптивной физической культуры» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенции
ОПК-1 Способен осуществлять научно-методическое сопровождение процесса обучения в основных видах адаптивной физической культуры	ОПК-1.1 Осуществляет процесс обучения в основных видах адаптивной физической культуры
ОПК-2 Способен обосновывать выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья в основных видах адаптивной физической культуры, в том числе, в специальных медицинских группах в образовательных организациях высшего образования	ОПК-2.1 Применяет методы обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья в основных видах адаптивной физической культуры, в том числе, в специальных медицинских группах в образовательных организациях высшего образования ОПК-2.2 Обосновывает выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья в основных видах адаптивной физической культуры, в том числе, в специальных медицинских группах в образовательных организациях высшего образования

Формируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенции
ОПК-4 Способен применять современные методы и опыт практической работы для решения актуальных проблем в каждом виде адаптивной физической культуры, связанных с реализацией воспитательной деятельности (анализ потребностей, ценностных ориентаций, направленности личности, мотивации, установок, убеждений лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов))	<p>ОПК-4.1 Применяет современные методы для решения актуальных проблем в каждом виде адаптивной физической культуры</p> <p>ОПК-4.2 Применяет опыт практической работы для решения актуальных проблем в каждом виде адаптивной физической культуры</p> <p>ОПК-4.3 Реализует воспитательную деятельность (анализ потребностей, ценностных ориентаций, направленности личности, мотивации, установок, убеждений лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов))</p>
ОПК-6 Способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека, в том числе путем включения средств и методов адаптивной физической культуры в индивидуальную программу реабилитации	<p>ОПК-6.1 Обобщает и внедряет в практическую работу российский опыт по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека</p> <p>ОПК-6.2 Обобщает и внедряет в практическую работу зарубежный опыт по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека</p> <p>ОПК-6.3 Включает средства и методы адаптивной физической культуры в индивидуальную программу реабилитации</p>
ОПК-7. Способен использовать традиционные и разрабатывать новые технологии развития оставшихся после болезни или травмы функций организма человека	<p>ОПК-7.1 Использует традиционные технологии развития оставшихся после болезни или травмы функций организма человека</p> <p>ОПК-7.2 Разрабатывает новые технологии развития оставшихся после болезни или травмы функций организма человека</p>
ОПК-8. Способен проводить комплексные мероприятия по предупреждению прогрессирования основного заболевания организма человека	<p>ОПК-8.1 Проводит мероприятия по предупреждению прогрессирования основного заболевания организма человека</p> <p>ОПК-8.2 Проводит комплексные мероприятия по предупреждению прогрессирования основного заболевания организма человека</p>

3 Объем дисциплины и виды учебной работы

3.1 Объем дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		1 семестр	Всего
1	Контактная работа	36	36
1.1	Занятия лекционного типа	12	12
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	24/0	24/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	72	72
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:		
	<i>в академических часах</i>	108	108
	<i>в зачетных единицах</i>	3	3

3.2 Объем дисциплины и виды учебной работы (заочная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		1 семестр	Всего
1	Контактная работа	14	14
1.1	Занятия лекционного типа	4	4
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	10/0	10/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	94/4	94/4
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:		
		<i>в академических часах</i>	108
		<i>в зачетных единицах</i>	3

4 Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств для текущего контроля и проведения промежуточной аттестации обучающихся оформлен как Приложение №1 к рабочей программе дисциплины.

5. Структура и содержание дисциплины

5.1 Модульный тематический план

5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)

№ раздела, темы	Раздел, темы и дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость, в часах				Трудоемкость, в часах
		Контактная работа			Самостоятельная работа	
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
		всего	в т.ч. в форме практической подготовки			
1	Раздел Теоретико-методологические и методические проблемы адаптивной физической культуры	4	8	0	24	36
1.1	Введение (основные понятия и термины АФК). Цель, задачи, принципы и функции адаптивной физической культуры. Основные опорные концепции теории физической культуры. Функции АФК	2	2	0	12	16
1.2	Средства, методы и организационные формы адаптивной физической культуры	2	6	0	12	20
2	Раздел Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья	4	6	0	20	30
2.1	Физическое образование лиц с ограниченными возможностями в различных учреждениях	2	2	0	10	14
2.2	Методы педагогического воздействия в адаптивной физической культуре	2	4	0	10	16
3	Раздел Адаптивное физическое воспитание	2	4	0	12	18
3.1	Организационно-методологические основы адаптивного физического воспитания	2	4	0	12	18

4	Раздел Физическая реабилитация		2	6	0	16	24
4.1	Организационно-методологические основы физической реабилитации	основы	2	6	0	16	24
	Итого:		12	24	0	72	108

5.1.2 Модульный тематический план (заочная форма обучения)

№ раздела, темы	Раздел, темы и дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость, в часах				Трудоемкость, в часах	
		Контактная работа			Самостоятельная работа		
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа				
			всего	в т.ч. в форме практической подготовки			
1	Раздел Теоретико-методологические и методические проблемы адаптивной физической культуры		2	2	0	22	26
1.1	Введение (основные понятия и термины АФК). Цель, задачи, принципы и функции адаптивной физической культуры. Основные опорные концепции теории физической культуры. Функции АФК		2	0	0	10	12
1.2	Средства, методы и организационные формы адаптивной физической культуры		0	2	0	12	14
2	Раздел Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья		2	2	0	22	26
2.1	Физическое образование лиц с ограниченными возможностями в различных учреждениях		2	0	0	10	12
2.2	Методы педагогического воздействия в адаптивной физической культуре		0	2	0	12	14
3	Раздел Адаптивное физическое воспитание		0	2	0	22	24
3.1	Организационно-методологические основы адаптивного физического воспитания	основы	0	2	0	22	24
4	Раздел Физическая реабилитация		0	4	0	28	32
4.1	Организационно-методологические основы физической реабилитации	основы	0	4	0	28	32
	Итого:		4	10	0	94	108

Особенности проведения занятий, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья отражены в Положении об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

5.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

5.2.1 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (очная форма обучения)

Разделы темы	Содержание
1	Теоретико-методологические и методические проблемы адаптивной физической культуры
1.1	Тема Введение (основные понятия и термины АФК). Цель, задачи, принципы и функции адаптивной физической культуры. Основные опорные концепции теории физической культуры. Функции АФК

	<p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Понятие об адаптивной физической культуре. Понятия «культура», «физическая культура», «реабилитация», «социальная интеграция», «социализация», «здоровье», «болезнь», «инвалид», «инвалидность». Предмет и задачи АФК. Роль адаптивной физической культуры и место в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. Коррекционные, компенсаторные, профилактические задачи – главная группа задач в адаптивной физической культуре.</p> <p>Оздоровительные, образовательные, воспитательные задачи – традиционные задачи физической культуры, их адаптация к проблемам лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 1.</i> Принципы и функции адаптивной физической культуры</p> <p>Принципы (основные установочные положения) адаптивной физической культуры в деятельности специалиста в данной сфере социальной практики. Общие особенности реализации принципов физического воспитания в адаптивной физической культуре. Три основных группы принципов адаптивной физической культуры: социальные, общеметодические и специальнометодические.</p> <p>Группа педагогических функций, характеризующих процесс применения физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в основных видах адаптивной физической культуры - адаптивном физическом воспитании, адаптивном спорте, адаптивной двигательной рекреации, физической реабилитации. Характеристика важнейших педагогических функций: учебно-познавательной, развивающей, коррекционной, профессионально-подготовительной, воспитательной, компенсаторной, рекреативно-оздоровительной, соревновательной, гедонистической, оздоровительно-восстановительной, ценностно-ориентационной, творческой, лечебно-восстановительной, профилактической, функции самовоспитания. Группа социальных функций адаптивной физической культуры, характеризующих ее влияние на другие социальные явления и процессы окружающей жизни, ее взаимоотношения с другими социальными институтами и феноменами. Характеристика важнейших социальных функций: социализирующей, коммуникативной, интегративной, гуманистической, зрелищной, эстетической, престижной и др.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Составление таблицы: «Соотношение функций и принципов АФК».</p>
1.2	<p><i>Тема Средства, методы и организационные формы адаптивной физической культуры</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Физическое упражнение - основное средство адаптивной физической культуры. Классификация физических упражнений. Естественно-средовые и гигиенические факторы в адаптивной физической культуре. Общепедагогические и другие средства и методы в АФК (вербальные, идеомоторные и психорегулирующие, наглядные, технические и др.). Средства коррекции основного дефекта, сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений: мышления, памяти, внимания, восприятия, воображения речи, эмоционально-волевой сферы, зрения, слуха, соматических заболеваний и др.</p> <p>Средства коррекции двигательной сферы и основных, жизненно и профессионально важных двигательных действий: осанки, плоскостопия, телосложения; ходьбы, бега, прыжков, лазанья и перелезания, метаний и мелкой моторики; расслабления, согласованности движений, ориентировки в пространстве и во времени; дифференцировки усилий, пространства, времени; равновесия; быстроты реагирования на изменяющиеся условия, дифференцировки тактильных ощущений, устойчивости к вестибулярным раздражителям и др. Сюжетные и подвижные игры. Телесно-ориентированные средства сказкотерапии, игротерапии, формокоррекционной ритмопластики и др.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 2.</i> Формы и методы адаптивной физической культуры.</p> <p>Формы организации адаптивной физической культуры. Урочная форма как основная форма организации занятия по адаптивной физической культуре. Неурочные формы. Формы организации адаптивного физического воспитания. Формы организации адаптивной двигательной рекреации. Формы организации адаптивного спорта. Формы организации адаптивной физической реабилитации. Формы организации креативных и экстремальных видов АФК.</p>

	<p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 3-4.</i> Метод - как способ, путь достижения поставленной цели; методический прием как вариант реализации метода в соответствии с конкретной задачей коррекции, компенсации, профилактики, обучения, воспитания, оздоровления. Классификация методов адаптивной физической культуры. Методы формирования знаний. Методы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре (методы организации учебной деятельности, стимулирования, контроля и самоконтроля учебной деятельности). Методы развития физических качеств и способностей (равномерный, переменный, повторный, интервальный, игровой, соревновательный, круговой). Методы АФК, используемые в комплексной реабилитации больных и инвалидов: лечебная гимнастика (суставная и силовая), массаж, коррекция положений, дозированная ходьба (терренкур), гидрореабилитация (гидроаэробика, игры в воде и др.), механотерапия, физические методы лечения (водолечение, теплолечение, светолечение, самомассаж, вибрационный массаж, баролечение и др.), психосоматическая саморегуляция и аутогенная тренировка, аудиовизуальная стимуляция (музыка, цвет, образ) и др. Комплексное применение методов адаптивной физической культуры.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Работа с литературой в библиотеке по теме: «Методы развития физических качеств».</p>
2	<p align="center">Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p align="center"><i>Тема Физическое образование лиц с ограниченными возможностями в различных учреждениях</i></p>
2.1	<p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья всех социально-демографических и нозологических групп (физическое образование лиц с ограниченными возможностями в учреждениях «раннего вмешательства», дошкольных и школьных специальных (коррекционных) образовательных учреждениях).</p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 5.</i> Физическое воспитание в системе общего образования, начального, среднего и высшего профессионального образования с контингентом специальных медицинских групп; обучение инвалидов в вузах физической культуры; методы воспитывающей среды и воспитывающей деятельности, методы осмысления человеком себя в реальной жизни в работе с инвалидами.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Работа с литературой в библиотеке по теме: «Нормативно-правовые основы деятельности педагога, работающего со специальной медицинской группой».</p>
2.2	<p align="center"><i>Тема Методы педагогического воздействия в адаптивной физической культуре</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 4.</i> Воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры. Реализация принципов воспитания личности в процессе адаптивной физической культуры (принцип общественно-ценной целевой направленности; принцип связи содержания и организации воспитательного процесса с жизнью, трудом, досугом; принцип единства требований со стороны всех, участвующих в воспитании; принцип комплексного подхода и формированию личности; принцип воспитания в коллективе и через коллектив; принцип уважения к личности в сочетании с требовательностью; принцип опоры на положительное; принцип дифференцированного подхода).</p> <p><i>Занятия семинарского типа (семинар) 6-7.</i> Аксиологические концепции отношения общества к лицам с ограниченными возможностями: «инвалидизма», «социальной полезности», «личностно-ориентированная гуманистическая»; личностно-ориентированная концепция – основа выстраивания отношений между педагогом и занимающимися в адаптивной физической культуре.</p> <p>Методы формирования нравственного сознания и практического приучения (наглядный пример, методы убеждения; одобрения, похвала и осуждение, порицание, неодобрение; поощрение и наказание). Умственное (интеллектуальное), нравственное, эстетическое, трудовое, волевое, экологическое и другие виды воспитания в процессе занятий адаптивной физической культурой. Взаимодействие специалиста по адаптивной физической культуре с учителями (преподавателями) по другим учебным дисциплинам, врачами и психологами образовательных учреждений. Воспитание самостоятельности и независимости. Воспитание занимающихся с отклонениями в интеллектуальном развитии.</p>

	<i>Самостоятельная работа.</i> Работа с литературой в библиотеке по теме: «Воспитание занимающихся с отклонениями в интеллектуальном развитии».
3	Адаптивное физическое воспитание
	<i>Тема Организационно-методологические основы адаптивного физического воспитания</i> <i>Занятие лекционного типа 5.</i> Организация адаптивного физического воспитания. Организация адаптивного физического воспитания в системе специального образования. Организация адаптивного физического воспитания в системе массового образования. Отличительные черты адаптивного физического воспитания. Конкретизация цели и задач адаптивного физического воспитания. Конкретизация функций и принципов адаптивного физического воспитания.
3.1	<i>Занятия семинарского типа (семинар) 8-9.</i> Содержание занятий по адаптивному физическому воспитанию. Преимущественная направленность содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию. Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию. Отличительные черты методики обучения двигательным действиям в адаптивном физическом воспитании. Отличительные черты методики развития физических способностей. Роль и место специалиста по адаптивному физическому воспитанию в междисциплинарной команде специалистов, работающих с детьми, имеющими отклонения в развитии. <i>Самостоятельная работа.</i> Работа с литературой в библиотеке по теме: «Организационно-методологические основы адаптивного физического воспитания».
4	Физическая реабилитация
	<i>Тема Организационно-методологические основы физической реабилитации</i> <i>Занятие лекционного типа 6.</i> Общая характеристика Физической реабилитации. Понятие о физической реабилитации, виды и их характеристика. Значение физической реабилитации ее задачи в процессе комплексной реабилитации больных. Основные принципы физической реабилитации. Средства физической реабилитации. Составление реабилитационных программ. Психологические аспекты реабилитации. Комплексное использование средств физической реабилитации в предупреждении прогрессирования основного заболевания.
4.1	<i>Занятия семинарского типа (семинар) 10-12.</i> Средства физической реабилитации. Индивидуальная программа реабилитации (абилитации) инвалида. Понятие ЛФК, значение ее физической реабилитации, применение. ОРУ и специальные упражнения. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Средства, формы ЛФК. Методы дозирования нагрузки. Этапы реабилитации и соответствующие им режимы двигательной активности. Понятие о массаже. Механизмы лечебного действия массажа. Виды, приемы массажа. Общие показания и противопоказания. Понятие о физических факторах, механизмах лечебного действия, показания и противопоказания. Характеристика видов физических факторов: электролечение, ультразвуковая терапия, магнитотерапия, светолечение, водолечение, теплотечение, климатотерапия. Врачебно-педагогическая оценка эффективности применения ЛФК. Составление комплекса ЛФК. Индивидуальная программа реабилитации или абилитации инвалида (Федеральный закон от 24.11.1995 N 181-ФЗ (ред. от 11.06.2021) "О социальной защите инвалидов в Российской Федерации"). Порядок разработки и реализации индивидуальной программы реабилитации или абилитации инвалида. <i>Самостоятельная работа.</i> Работа с литературой в библиотеке по теме: «Организационно-методологические основы физической реабилитации». Написание комплекса лечебной гимнастики.

5.2.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (заочная форма обучения)

Разделы темы	Содержание
1	Теоретико-методологические и методические проблемы адаптивной физической

культуры	
	<p><i>Тема Введение (основные понятия и термины АФК). Цель, задачи, принципы и функции адаптивной физической культуры. Основные опорные концепции теории физической культуры. Функции АФК</i></p>
1.1	<p><i>Занятие лекционного типа 1. Понятие об адаптивной физической культуре. Понятия «культура», «физическая культура», «реабилитация», «социальная интеграция», «социализация», «здоровье», «болезнь», «инвалид», «инвалидность». Предмет и задачи АФК. Роль адаптивной физической культуры и место в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. Коррекционные, компенсаторные, профилактические задачи – главная группа задач в адаптивной физической культуре. Оздоровительные, образовательные, воспитательные задачи – традиционные задачи физической культуры, их адаптация к проблемам лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Принципы и функции адаптивной физической культуры. Принципы (основные установочные положения) адаптивной физической культуры в деятельности специалиста в данной сфере социальной практики. Общие особенности реализации принципов физического воспитания в адаптивной физической культуре. Три основных группы принципов адаптивной физической культуры: социальные, общеметодические и специальнометодические.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа. Изучить вопросы. Группа педагогических функций, характеризующих процесс применения физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в основных видах адаптивной физической культуры - адаптивном физическом воспитании, адаптивном спорте, адаптивной двигательной рекреации, физической реабилитации. Характеристика важнейших педагогических функций: учебно-познавательной, развивающей, коррекционной, профессионально-подготовительной, воспитательной, компенсаторной, рекреативно-оздоровительной, соревновательной, гедонистической, оздоровительно-восстановительной, ценностно-ориентационной, творческой, лечебно-восстановительной, профилактической, функции самовоспитания. Группа социальных функций адаптивной физической культуры, характеризующих ее влияние на другие социальные явления и процессы окружающей жизни, ее взаимоотношения с другими социальными институтами и феноменами. Характеристика важнейших социальных функций: социализирующей, коммуникативной, интегративной, гуманистической, зрелищной, эстетической, престижной и др.</i></p>
1.2	<p><i>Тема Средства, методы и организационные формы адаптивной физической культуры</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 1. Физическое упражнение - основное средство адаптивной физической культуры. Классификация физических упражнений. Естественно-средовые и гигиенические факторы в адаптивной физической культуре. Общепедагогические и другие средства и методы в АФК (вербальные, идеомоторные и психорегулирующие, наглядные, технические и др.). Средства коррекции основного дефекта, сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений: мышления, памяти, внимания, восприятия, воображения речи, эмоционально-волевой сферы, зрения, слуха, соматических заболеваний и др. Средства коррекции двигательной сферы и основных, жизненно и профессионально важных двигательных действий: осанки, плоскостопия, телосложения; ходьбы, бега, прыжков, лазанья и перелезания, метаний и мелкой моторики; расслабления, согласованности движений, ориентировки в пространстве и во времени; дифференцировки усилий, пространства, времени; равновесия; быстроты реагирования на изменяющиеся условия, дифференцировки тактильных ощущений, устойчивости к вестибулярным раздражителям и др. Формы и методы адаптивной физической культуры. Формы организации адаптивной физической культуры. Урочная форма как основная форма организации занятия по адаптивной физической культуре. Неурочные формы. Формы организации адаптивного физического воспитания. Формы организации адаптивной двигательной рекреации. Формы организации адаптивного спорта. Формы организации адаптивной физической реабилитации. Формы организации креативных и экстремальных видов АФК.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа. Изучить вопросы. Метод - как способ, путь достижения поставленной цели; методический прием как вариант реализации метода в соответствии с конкретной задачей коррекции, компенсации, профилактики, обучения, воспитания, оздоровления. Классификация методов адаптивной физической культуры. Методы формирования знаний. Методы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре (методы организации учебной деятельности, стимулирования,</i></p>

	контроля и самоконтроля учебной деятельности). Методы развития физических качеств и способностей (равномерный, переменный, повторный, интервальный, игровой, соревновательный, круговой). Методы АФК, используемые в комплексной реабилитации больных и инвалидов: лечебная гимнастика (суставная и силовая), массаж, коррекция положений, дозированная ходьба (терренкур), гидрореабилитация (гидроаэробика, игры в воде и др.), механотерапия, физические методы лечения (водолечение, теплотечение, светолечение, самомассаж, вибрационный массаж, баролечение и др.), психосоматическая саморегуляция и аутогенная тренировка, аудиовизуальная стимуляция (музыка, цвет, образ) и др. Комплексное применение методов адаптивной физической культуры.
2	Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья
	<i>Тема Физическое образование лиц с ограниченными возможностями в различных учреждениях</i>
2.1	<p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья всех социально-демографических и нозологических групп (физическое образование лиц с ограниченными возможностями в учреждениях «раннего вмешательства», дошкольных и школьных специальных (коррекционных) образовательных учреждениях).</p> <p>Физическое воспитание в системе общего образования, начального, среднего и высшего профессионального образования с контингентом специальных медицинских групп; обучение инвалидов в вузах физической культуры; методы воспитывающей среды и воспитывающей деятельности, методы осмысления человеком себя в реальной жизни в работе с инвалидами.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Работа с литературой в библиотеке по теме: «Нормативно-правовые основы деятельности педагога, работающего со специальной медицинской группой».</p>
	<i>Тема Методы педагогического воздействия в адаптивной физической культуре</i>
2.2	<p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 2.</i> Аксиологические концепции отношения общества к лицам с ограниченными возможностями: «инвалидизма», «социальной полезности», «личностно-ориентированная гуманистическая»; личностно-ориентированная концепция – основа выстраивания отношений между педагогом и занимающимися в адаптивной физической культуре. Методы формирования нравственного сознания и практического приучения (наглядный пример, методы убеждения; одобрения, похвала и осуждение, порицание, неодобрение; поощрение и наказание). Умственное (интеллектуальное), нравственное, эстетическое, трудовое, волевое, экологическое и другие виды воспитания в процессе занятий адаптивной физической культурой. Взаимодействие специалиста по адаптивной физической культуре с учителями (преподавателями) по другим учебным дисциплинам, врачами и психологами образовательных учреждений. Воспитание самостоятельности и независимости. Воспитание занимающихся с отклонениями в интеллектуальном развитии.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучить вопросы. Воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры. Реализация принципов воспитания личности в процессе адаптивной физической культуры (принцип общественно-ценной целевой направленности; принцип связи содержания и организации воспитательного процесса с жизнью, трудом, досугом; принцип единства требований со стороны всех, участвующих в воспитании; принцип комплексного подхода и формированию личности; принцип воспитания в коллективе и через коллектив; принцип уважения к личности в сочетании с требовательностью; принцип опоры на положительное; принцип дифференцированного подхода).</p>
3	Адаптивное физическое воспитание
	<i>Тема Организационно-методологические основы адаптивного физического воспитания</i>
3.1	<p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 3.</i> Содержание занятий по адаптивному физическому воспитанию. Преимущественная направленность содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию. Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию. Отличительные черты методики обучения двигательным действиям в адаптивном физическом воспитании. Отличительные черты методики развития физических способностей. Роль и место специалиста по</p>

	<p>адаптивному физическому воспитанию в междисциплинарной команде специалистов, работающих с детьми, имеющими отклонения в развитии. Организация адаптивного физического воспитания. Организация адаптивного физического воспитания в системе специального образования. Организация адаптивного физического воспитания в системе массового образования. Отличительные черты адаптивного физического воспитания. Конкретизация цели и задач адаптивного физического воспитания. Конкретизация функций и принципов адаптивного физического воспитания.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Работа с литературой в библиотеке по теме: «Организационно-методологические основы адаптивного физического воспитания».</p>
4	Физическая реабилитация
	<i>Тема Организационно-методологические основы физической реабилитации</i>
	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4.</i> Общая характеристика Физической реабилитации. Понятие о физической реабилитации, виды и их характеристика. Значение физической реабилитации ее задачи в процессе комплексной реабилитации больных. Основные принципы физической реабилитации. Средства физической реабилитации. Составление реабилитационных программ. Психологические аспекты реабилитации. Комплексное использование средств физической реабилитации в предупреждении прогрессирования основного заболевания.</p>
4.1	<p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 5.</i> Средства физической реабилитации. Индивидуальная программа реабилитации (абилитации) инвалида. Понятие ЛФК, значение ее физической реабилитации, применение. ОРУ и специальные упражнения. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Средства, формы ЛФК. Методы дозирования нагрузки. Этапы реабилитации и соответствующие им режимы двигательной активности. Понятие о массаже. Механизмы лечебного действия массажа. Виды, приемы массажа. Общие показания и противопоказания. Понятие о физических факторах, механизмах лечебного действия, показания и противопоказания. Характеристика видов физических факторов: электролечение, ультразвуковая терапия, магнитотерапия, светолечение, водолечение, теплотечение, климатотерапия. Врачебно-педагогическая оценка эффективности применения ЛФК. Составление комплекса ЛФК. Индивидуальная программа реабилитации или абилитации инвалида (Федеральный закон от 24.11.1995 N 181-ФЗ (ред. от 11.06.2021) "О социальной защите инвалидов в Российской Федерации"). Порядок разработки и реализации индивидуальной программы реабилитации или абилитации инвалида.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Работа с литературой в библиотеке по теме: «Организационно-методологические основы физической реабилитации». Написание комплекса лечебной гимнастики.</p>

6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 . Рекомендуемая литература

6.1.1 Обязательная литература

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения: учебное пособие / под ред. С. П. Евсеева. - М: Советский спорт, 2014.
2. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / Евсеев С.П.. — Москва : Издательство «Спорт», 2020. — 616 с. — ISBN 978-5-907225-56-5. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/101283.html> (электр. ресурс ЭБС «IPRbooks»)
3. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / Евсеев С.П.. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 616 с. — ISBN 978-5-906839-42-8. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/55593.html> (электр. ресурс ЭБС «IPRbooks»)
4. Харченко, Л. В. Теория и методика адаптивной физической культуры для лиц с сенсорными нарушениями: учебное пособие / Л. В. Харченко, Т. В. Синельникова, В. Г.

Турманидзе. — Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2016. – электр. ресурс. ЭБС «IPRbooks».

6.1.2 Дополнительная литература

5. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры: Учебное пособие для вузов М.: Физкультура и спорт, 2007

7. Ладыгина, Е.Б. Физическая реабилитация лиц пожилого и старшего возраста. В 2-х частях: учебно-методическое пособие-СПб, 2010 – электр. ресурс

8. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: Учебное пособие для студентов высших и средних профессиональных учебных заведений / Под ред. Аксеновой О. Э., Евсеева С. П. М.: Советский спорт, 2007.

9. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / Под ред. Л.В. Шапковой-М.: Советский спорт, 2009.

10. Физическая реабилитация. В 2 томах: учебник / С.Н. Попов, О.В. Козырева, М.М. Малащенко – М.: Издательский центр «Академия», 2016.

11. Евсеева О.Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / Евсеева О.Э., Евсеев С.П.. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 384 с. — ISBN 978-5-906839-18-3. – Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/55569.html> (электр. ресурс ЭБС «IPRbooks»)

6.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

№ п.п.	Наименование программного продукта
<i>Лицензионное программное обеспечение</i>	
1.	Kaspersky Endpoint Security 12
2.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
3.	VideoStudio Pro X4 License (1 – 10)
4.	Astra Linux Special Edition
5.	СПС Гарант
6.	MOODL
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
7.	Яндекс Браузер
8.	Kinovea
9.	STDUViewer
10.	MAX
11.	VLC
12.	PDF 24

6.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

	Электронно-библиотечные системы	Ссылка на ресурс
1.	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	http://bibl.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp
2.	Электронно-библиотечная система IPRbooks	https://www.iprbookshop.ru/
3.	Сайт Министерства спорта РФ [электронный ресурс]	https://www.minsport.gov.ru/
4.	Электронная версия журнала «Адаптивная физическая культура»	https://afkonline.ru/
5.	Журнал «Физическая и реабилитационная медицина»	https://center-albreht.ru/science/zhurnal/
8.	Справочная правовая система «Консультант плюс»	http://www.consultant.ru/

7 Материально-техническое обеспечение дисциплины

<i>Учебные аудитории для проведения учебных занятий и помещения для самостоятельной работы обучающихся</i>	<i>Оборудование и технические средства обучения</i>
<p style="text-align: center;">аудитория № 7 учебная аудитория для проведения учебных занятий, лаборатория</p> <p style="text-align: center;">г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная, кушетка), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук, компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии; 3. Учебно-наглядные пособия: плакаты; 4. Лабораторное оборудование: весы медицинские, программно-аппаратный комплекс ПАКФ-Мираж, прибор БОС КГР Мираж-1, ростомер, велоэргометр, система АПК «Омега-м/с», динамометры кистевые, метроном, пульсометры, спирометры, становой динамометр, тонометры.
<p style="text-align: center;">аудитория № 248 учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p style="text-align: center;">г. Чайковский, ул. Ленина, д.67</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук, акустическая система.
<p style="text-align: center;">аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся</p> <p style="text-align: center;">г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии.