

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет
им. Н.И. Лобачевского»**

Факультет физической культуры и спорта

Утверждено

решением ученого совета ННГУ

(протокол от 23.06.2022 г. №6)

Рабочая программа дисциплины

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

(наименование дисциплины (модуля))

Уровень высшего образования

бакалавриат

(бакалавриат / магистратура / специалитет)

Направление подготовки / специальность

49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

(указывается код и наименование направления подготовки / специальности)

Профиль подготовки (специализация)

Организация активного отдыха и спортивно-оздоровительный туризм

Форма обучения

очная, заочная

(очная / очно-заочная / заочная)

Нижний Новгород

2022 год

Лист актуализации

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК
_____ 2019 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2019-2020 учебном году на заседании кафедры

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК
_____ 20__ г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2020-2021 учебном году на заседании кафедры

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК
_____ 20__ г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2021-2022 учебном году на заседании кафедры

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК
_____ 20__ г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2022-2023 учебном году на заседании кафедры

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____

1. Место дисциплины в структуре ОПОП
Дисциплина относится к обязательной части/

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	
ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологический характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ОПК-1.1. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, -критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса ; – возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; – особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспектах; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспектах; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; -анатомо-физиологические основы развития физических качеств; психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского стептеста, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методику Айзенка, теппинг-тест, методики Спилбергера-Ханина, методики Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методики исследования мотивации, социометрия); - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;	Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, -критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастнo-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; Имеет опыт: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений;	Экзамен, задание (практическая задача), доклад (сообщение), контрольная работа, реферат, тест

	<ul style="list-style-type: none"> - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процессов на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию спортивной дисциплины; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по виду спорта; - содержания и правила оформления плана тренировочного занятия с использованием средств спортивной дисциплины; - правила и организация соревнований по виду спорта; - способы оценки результатов обучения двигательным действиям в виде спорта; терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин(упражнений) в спорте; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в виде спорта; - методики обучения технике двигательных действий в виде спорта; - способы оценки результатов тренировочного процесса в виде спорта; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в виде спорта. <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - организовать тестирование по индексу Гарвардского стептеста, пробы Мартине, жизненной емкости легких, по методике психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, по методике исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методике Айзенка, теппинг-теста; - использовать методику Спилбергера-Ханина, методику Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методику исследования мотивации, социометрия); - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и 		
--	--	--	--

	<p>спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры, опираясь на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по виду спорта; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по видам спорта с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по видам спорта в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей вида спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ спортивной подготовки; - определять задачи тренировочного занятия по виду спорта; - подбирать средства и методы для решения задач тренировочного процесса по виду спорта; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике двигательных действий в виде спорта; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий. <p>ОПК-1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - планирования тренировочных занятий по виду спорта; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств спортивных дисциплин; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; <p>организации тестирования физической подготовленности, физического развития, функциональных возможностей, психомоторных качеств по различным методикам.</p>		
--	---	--	--

<p>ОПК-8.</p> <p>Способен осуществлять контроль программ, режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения, подбирать на основе их анализа соответствующие средства и методы реализации программ</p>	<p>ОПК-8.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - федеральные государственные требования к реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта; - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; - показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по виду спорта; - особенности оценивания результатов тренировочного процесса в виде спорта. <p>ОПК-8.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта; - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по легкой атлетике, спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; - анализировать проведенные занятия по виду спорта для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности. <p>ОПК-8.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств спортивной дисциплины; - разработки методического обеспечения тренировочного процесса; - планирования методического, информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта; <p>Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств спортивной дисциплины; - разработки методического обеспечения тренировочного процесса; 	<p>Экзамен, задание (практическая задача), доклад (сообщение), контрольная работа, реферат, тест</p>
<p>ПК-11</p> <p>Способен</p>	<p>ПК-11.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - историю, теорию и методику рекреации и 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - историю, теорию 	<p>Экзамен, задание (практическая задача), доклад</p>

разрабатывать программы, режимы занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения, подбора соответствующих средств и методов их реализации по циклам занятий различной продолжительности	спортивно-оздоровительного туризма; - организационно-экономические, медико-биологические и психологические основы, технологию проведения занятий, мероприятий по основным видам туризма. ПК-11.2. Умеет: - разрабатывать содержание и реализовывать программы, режимы занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения. ПК-11.3. Имеет опыт: - определения эффективности разрабатываемой программы, режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, двигательной рекреации и реабилитации населения.	и методику рекреации и спортивно-оздоровительного туризма; - организационно-экономические, медико-биологические и психологические основы, технологию проведения занятий, мероприятий по основным видам туризма. ПК-11.2. Умеет: - разрабатывать содержание и реализовывать программы, режимы занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения. ПК-11.3. Имеет опыт: - определения эффективности разрабатываемой программы, режимов занятий	(сообщение), контрольная работа, реферат, тест
---	---	--	--

		по спортивно-оздоровительному туризму, двигательной рекреации и реабилитации населения.	
--	--	---	--

3

3. Структура и содержание дисциплины

3.1 Трудоемкость дисциплины

	очная форма обучения	очно-заочная форма обучения	заочная форма обучения
Общая трудоемкость	3 ЗЕТ	---	__3_ ЗЕТ
Часов по учебному плану	108	---	108
в том числе			
аудиторные занятия (контактная работа):	53		14
- занятия лекционного типа	34		6
- занятия семинарского типа	17		6
- КСР	2		2
самостоятельная работа	19	---	90
Промежуточная аттестация – экзамен	36	---	9

3.2. Содержание дисциплины

Наименование и краткое содержание разделов и тем дисциплины	Всего (часы)		В том числе						Самостоятельная работа обучающегося, часы	
			Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы							
			из них							
	Занятия лекционного типа		Занятия семинарского типа		Занятия лабораторного типа		Всего			
	Очная	Заочная	Очная	Заочная	Очная	Заочная	Очная	Заочная	Очная	Заочная

<i>Раздел 1. «Общая характеристика адаптивной физической культуры»</i>	71	82	18	4	8	2			26	6	45	76
Тема 1. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры.	9	13	2	1	1	-			3	1	6	12
Тема 2. Становление и развитие адаптивной физической культуры в России и за рубежом.	13	13	4	1	1	-			5	1	8	12
Тема 3. Нормативно-правовое обеспечение адаптивной физической культуры	13	15	4	1	1	-			5	1	8	14
Тема 4. Функции и принципы адаптивной физической культуры.	10	13	2	1	1	-			3	1	7	12
Тема 5. Задачи и средства адаптивной физической культуры.	12	13	2	-	2	1			4	1	8	12
Тема 6. Методы и формы адаптивной физической культуры.	14	15	4	-	2	1			6	1	8	14
<i>Раздел 2. «Характеристика основных видов адаптивной физической культуры»</i>	71	87	16	2	9	4			25	6	46	81
Тема 1. Адаптивное физическое воспитание.	16	19	4	1	2	-			6	1	10	18
Тема 2. Адаптивная двигательная рекреация.	16	18	4	-	2	1			6	1	10	17
Тема 3. Адаптивный спорт.	16	20	4	1	2	1			6	2	10	18
Тема 4. Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики в АФК.	12	15	2	-	2	1			4	1	8	14
Тема 5. Экстремальные виды двигательной активности в АФК.	11	15	2	-	1	1			3	1	8	14
<i>В т.ч. текущий контроль</i>	2	2							2	2		
Промежуточная аттестация	36	9	ОФО - экзамен (5 семестр) ЗФО - экзамен (5 семестр)									
Итого	108	108	34	6	17	6			53	14	19	90

Текущий контроль успеваемости реализуется в рамках занятий семинарского типа.

Промежуточная аттестация проходит в традиционной форме (экзамен).

4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Общий объем самостоятельной работы студентов по дисциплине «Адаптивная физическая культура» включает аудиторную и внеаудиторную самостоятельную работу

студентов в течение семестра. Аудиторная самостоятельная работа осуществляется в форме самостоятельных работ на занятиях (контроль знания студентами основных терминов и понятий курса) и тестирования.

Внеаудиторная самостоятельная работа осуществляется в следующих формах:

- подготовка к практическим занятиям;
- подготовка к контрольным мероприятиям (тестам, устным опросам, экзамену);
- подготовка докладов, рефератов.

Формы внеаудиторной самостоятельной работы

Темы для самостоятельного изучения	Задания для самостоятельной работы	Формы контроля и оценки усвоения тем	Учебно-методическое обеспечение (из п.7)
<i>Раздел 1. «Общая характеристика адаптивной физической культуры»</i>			
Тема 1. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры.	Изучение материалов лекции, рекомендуемой литературы. Подготовка к тестам.	Устный опрос, тест	1, 13
Тема 2. Становление и развитие адаптивной физической культуры в России и за рубежом.	Изучение материалов лекции, рекомендуемой литературы, интернет- ресурсов. Подготовка к практическому занятию	Устный опрос, оценка работы на практическом занятии	1, 6, 9, 10
Тема 3. Нормативно-правовое обеспечение адаптивной физической культуры.	Изучение материалов лекции, рекомендуемой литературы, нормативных источников, интернет-ресурсов. Подготовка к тестам. Подготовка доклада, реферата	Устный опрос, тест, доклад, реферат	1, 6, 10, 11, 14
Тема 4. Функции и принципы адаптивной физической культуры.	Изучение материалов лекции, рекомендуемой литературы, интернет- ресурсов. Подготовка к тестам. Подготовка доклада, реферата	Устный опрос, тест, доклад, реферат	1, 2, 4, 7, 12, 13, 15
Тема 5. Задачи и средства адаптивной физической культуры.	Изучение материалов лекции, рекомендуемой литературы, интернет- ресурсов. Подготовка к практическому занятию	Устный опрос, оценка работы на практическом занятии	1, 2, 4, 7, 12, 13, 15
Тема 6. Методы и формы адаптивной физической культуры.	Изучение материалов лекции, рекомендуемой литературы, интернет- ресурсов. Подготовка к тестам.	Устный опрос, тест, оценка работы на практическом занятии	1, 2, 4, 7, 12, 13, 15
<i>Раздел 2. «Общая характеристика основных видов адаптивной физической культуры»</i>			
Тема 1. Адаптивное физическое воспитание.	Изучение материалов лекции, рекомендуемой литературы, нормативных источников, интернет-ресурсов. Подготовка доклада, реферата	Устный опрос, тест, доклад, реферат	1, 3, 13, 15
Тема 2. Адаптивная двигательная рекреация.	Изучение материалов лекции, рекомендуемой литературы, интернет- ресурсов. Подготовка к	Устный опрос, оценка работы на практическом	1, 3, 7, 13, 15

	тестам.	занятия	
Тема 3. Адаптивный спорт.	Изучение материалов лекции, рекомендуемой литературы, нормативных источников, интернет-ресурсов. Подготовка к тестам. Подготовка доклада, реферата	Устный опрос, тест, доклад, реферат	1, 3, 6, 8, 10, 14
Тема 4. Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики в АФК.	Изучение материалов лекции, рекомендуемой литературы, интернет-ресурсов. Подготовка к практическому занятию.	Устный опрос, тест, оценка работы на практическом занятии	1, 2, 4, 13
Тема 5. Экстремальные виды двигательной активности в АФК.	Изучение материалов лекции, рекомендуемой литературы, интернет-ресурсов. Подготовка к тестам. Подготовка доклада, реферата	Устный опрос, тест, доклад, реферат	1, 2, 4, 13

Контрольные вопросы и задания для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины приведены в п. 5.2.

5. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине (модулю), включающий:

5.1. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине

Уровень сформированности компетенций (индикатора достижения компетенций)	Шкала оценивания сформированности компетенций						
	плохо	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	очень хорошо	отлично	превосходно
	Не зачтено		Зачтено				
<u>Знания</u>	Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок.	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок.	Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки.
<u>Умения</u>	Отсутствие минимальных умений. Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки.	Продemonстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме.	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продemonстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме.	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме без недочетов

<u>Навыки</u>	Отсутствие владения материалом. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки.	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач без ошибок и недочетов.	Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов.	Продемонстрирован творческий подход к решению нестандартных задач
---------------	--	--	---	---	---	---	---

Шкала оценки при промежуточной аттестации

Оценка		Уровень подготовки
зачтено	Превосходно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «превосходно»
	Отлично	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «отлично»
	Очень хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «очень хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «очень хорошо»
	Хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «хорошо»
	Удовлетворительно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
не зачтено	Неудовлетворительно	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно», ни одна из компетенций не сформирована на уровне «плохо»
	Плохо	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «плохо»

5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения.

5.2.1 Вопросы к экзамену

Вопрос	Код компетенции (согласно РПД)
1. Базовые понятия адаптивной физической культуры.	ОПК-8
2. Общая характеристика адаптивной физической культуры.	ОПК-8
3. Становление спорта для лиц с ограниченными возможностями.	ОПК-8
4. Умственное воспитание в адаптивной физической культуре.	ОПК-8
5. Функции адаптивной физической культуры (педагогические).	ОПК-1
6. Функции адаптивной физической культуры (социальные).	ОПК-1
7. Принципы адаптивной физической культуры (социальные).	ОПК-1
8. Принципы адаптивной физической культуры	ОПК-1

(общеметодические).	
9. Принципы адаптивной физической культуры (специально-методические).	ОПК-1
10. Цели, задачи, предмет и объект в адаптивной физической культуре.	ОПК-1
11. Средства адаптивной физической культуры.	ОПК-1
12. Физические упражнения. Классификации физических упражнений, принятых в адаптивной физической культуре.	ОПК-1
13. Методы, методика, методические: направление, подходы и приемы в адаптивной физической культуре.	ОПК-1
14. Методы формирования знаний в АФК	ОПК-1
15. Методы обучения двигательным действиям в АФК	ОПК-1
16. Методы развития физических способностей в АФК	ОПК-1
17. Методы воспитания личности АФК	ОПК-1
18. Методы педагогического воздействия и взаимодействия в процессе занятий адаптивной физической культуры.	ОПК-1
19. Формы организации обучения, используемые в процессе адаптивной физической культуры.	ОПК-1
20. Особенности выбора средств и методов построения занятий в адаптивной физической культуре	ПК-11
21. Особенности выбора форм занятий в адаптивной физической культуре	ПК-11
22. Организация физкультурного движения инвалидов.	ОПК-14
23. Квалификационные характеристики должностей работников в области адаптивной физической культуры и спорта.	ОПК-8
24. Должностные обязанности, требования к квалификации работников в области адаптивной физической культуры и спорта.	ОПК-8
25. Федерация физической культуры и спорта инвалидов, их основные задачи, направления деятельности.	ОПК-14
26. Паралимпийский Комитет России, основные задачи, направления деятельности	ОПК-1
27. Сурдлимпийский комитет России, основные задачи, направления деятельности	ОПК-1
28. Специальная Олимпиада России, основные задачи, направления деятельности	ОПК-1
29. Физкультурно-спортивная работа в дошкольных и общеобразовательных организациях для детей с ОВЗ.	ОПК-1
30. Документы планирования учебно-воспитательной работы процесса в адаптивном физическом воспитании.	ОПК-1
31. Педагогический контроль в адаптивном спорте.	ОПК-1
32. Оценка тренировочного воздействия на организм спортсмена с отклонениями в развитии.	ПК-11
33. Организация и поведение самоконтроля спортсмена-инвалида.	ПК-11
34. Медико-санитарное обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в адаптивном спорте.	ПК-11
35. Отличительные черты адаптивного физического воспитания. Цели, задачи, конкретизация функций и принципов адаптивного физического воспитания.	ОПК-1
36. Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию.	ОПК-8
37. Цели, основные задачи адаптивной двигательной рекреации, ее ведущие функции и принципы.	ОПК-1
38. Средства адаптивной двигательной рекреации.	ОПК-1
39. Цели и задачи адаптивного спорта.	ОПК-1
40. Ведущие функции и принципы адаптивного спорта.	ОПК-1

41. Средства тренировки в адаптивном спорте.	ОПК-1
42. Виды подготовки спортсменов-паралимпийцев.	ОПК-1
43. Построение тренировочного процесса в адаптивном спорте.	ОПК-1
44. Документы планирования учебно-тренировочного процесса в адаптивном спорте.	ОПК-1
45. Цели, задачи, ведущие функции и принципы креативных (художественно-музыкальных) видов адаптивной физической культуры.	ОПК-1
46. Основные средства и отличительные черты методики креативных (художественно-музыкальных) видов адаптивной физической культуры.	ОПК-1
47. Основные средства и отличительные черты методики экстремальных видов двигательной активности адаптивной физической культуры.	ОПК-1
48. Цели, задачи, ведущие функции и принципы экстремальных видов двигательной активности.	ОПК-1
49. Обеспечение безопасности во время учебно-тренировочного процесса в адаптивной физической культуре.	ПК-11
50. Деятельность государственных и общественных организаций Нижегородской области в сфере адаптивной физической культуры.	ОПК-1

5.2.2. Типовые тестовые задания для оценки сформированности компетенции «ОПК-1»

1. Задачи в адаптивной физической культуре можно разделить на 2 группы:

- а) профилактические и воспитательные;
- б) специфические и общие;
- в) коррекционные и образовательные;
- г) компенсаторные и оздоровительные.

2. Приоритетными задачами, решаемыми в процессе занятий адаптивной физической культурой являются:

- а) оздоровительные, образовательные, воспитательные;
- б) развитие физических качеств и способностей занимающихся, закаливание;
- в) компенсаторные, коррекционные, профилактические;
- г) профилактика нарушений осанки и плоскостопия.

3. Какие две группы функций выделены в адаптивной физической культуре:

- а) педагогические и социальные;
- б) образовательные и творческие;
- в) интегративные и воспитательные;
- г) коммуникативные и гедонистические.

4. К какой группе функций адаптивной физической культуры относится интегративная функция:

- а) педагогические;
- б) социальные;
- в) творческие;
- г) личностные.

5. Функция, которая является результатом педагогической деятельности на занятиях адаптивной физической культурой:

- а) воспитательная;
- б) ценностно-ориентационная;
- в) образовательная;
- г) развивающая

6. Образовательная функция – это:

а) непрерывный процесс физического образования личности в течение всей жизни;

б) задача, предупреждающая заболевание, требующая информационной, просветительской работы среди населения;

в) коррекция двигательных нарушений в процессе многократного повторения упражнений;

г) ускорение восстановительных процессов человека.

7. Исходя из философской категории взаимосвязи структуры и функции, адаптивной двигательной рекреации присуща следующая функция:

а) коррекционно-компенсаторная;

б) ценностно-ориентационная;

в) рекреативно-оздоровительная;

г) развивающая.

5.2.3. Типовые задания (практические задачи) для оценки сформированности компетенции «ОПК-1»

Задание 1. Функции физической культуры - это объективно присущие ей свойства воздействовать на человека и человеческие отношения, удовлетворять и развивать определенные потребности личности и общества». Функции АФК вытекают из сущности адаптивной физической культуры и реализуются в процессе физкультурной деятельности.

- Какие группы функций выделены в АФК.

- Какие функции относятся к педагогическим.

- Приведите пример реализации педагогических функций адаптивной физической культуры в процессе занятий с инвалидами с нарушением зрения.

Задание 2. Функции физической культуры - это объективно присущие ей свойства воздействовать на человека и человеческие отношения, удовлетворять и развивать определенные потребности личности и общества». Функции АФК вытекают из сущности адаптивной физической культуры и реализуются в процессе физкультурной деятельности.

- Какие группы функций выделены в АФК.

- Какие функции относятся к педагогическим.

- Приведите пример реализации педагогических функций адаптивной физической культуры в процессе занятий с инвалидами-ампутантами.

Задание 3. Функции физической культуры - это объективно присущие ей свойства воздействовать на человека и человеческие отношения, удовлетворять и развивать определенные потребности личности и общества». Функции АФК вытекают из сущности адаптивной физической культуры и реализуются в процессе физкультурной деятельности.

- Какие группы функций выделены в АФК.

- Какие функции относятся к социальным.

- Приведите пример реализации социальных функций адаптивной физической культуры в процессе занятий с инвалидами с последствиями ДЦП.

Задание 4. Функции физической культуры - это объективно присущие ей свойства воздействовать на человека и человеческие отношения, удовлетворять и развивать определенные потребности личности и общества». Функции АФК вытекают из сущности адаптивной физической культуры и реализуются в процессе физкультурной деятельности.

- Какие группы функций выделены в АФК.

- Какие функции относятся к социальным.

- Приведите пример реализации социальных функций адаптивной физической культуры в процессе занятий с инвалидами с нарушением интеллекта.

Задание 5. Принципы являются составной частью методологии и представляют собой базовые теоретические положения, объективно отражающие сущность, фундаментальные закономерности обучения, воспитания, всестороннего развития личности, отношения общества к этому процессу, меру взаимодействия педагога и занимающихся в АФК.

- Какие три группы принципов представлены в адаптивной физической культуре.
- Назовите социальные принципы АФК.
- Приведите пример реализации социальных принципов адаптивной физической культуры в процессе занятий с инвалидами различных нозологий (нозология по выбору).

5.2.4. Темы контрольных работ (для обучающихся ЗФО) и рефератов для оценки сформированности компетенции «ОПК-1»

1. Характеристика педагогических функций адаптивной физической культуры.
2. Характеристика социальных функций адаптивной физической культуры.
3. Реализация педагогических функций адаптивной физической культуры в процессе занятий с инвалидами различных нозологий (нозология по выбору).
4. Реализация социальных функций адаптивной физической культуры в процессе занятий с инвалидами различных нозологий (нозология по выбору).
5. Реализация принципов адаптивной физической культуры в процессе занятий с инвалидами различных нозологий (нозология по выбору).
6. Характеристика методов адаптивной физической культуры.
7. Реализация методов формирования знаний в процессе занятий адаптивной физической культурой с инвалидами различных нозологий (нозология по выбору).
8. Реализация методов обучения двигательным действиям в процессе занятий адаптивной физической культурой с инвалидами различных нозологий (нозология по выбору).
9. Реализация методов воспитания в процессе занятий адаптивной физической культурой с инвалидами различных нозологий (нозология по выбору).
10. Реализация социальных принципов в процессе занятий адаптивной физической культурой АФК.

5.2.5. Темы докладов, сообщений для оценки сформированности компетенции «ОПК-1»

1. Педагогические и социальные функции адаптивной физической культуры.
2. Социальные принципы адаптивной физической культуры.
3. Общеметодические принципы адаптивной физической культуры.
4. Специально-методические принципы адаптивной физической культуры.
5. Использование средств адаптивной физической культуры в комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
6. Использование средств адаптивной физической культуры в социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
7. Формы работы с родителями в процессе занятий АФК.
8. Использование методов воспитания личности в АФК.
9. Использование методов педагогических воздействий в АФК.
10. Использование методов организации взаимодействия педагога и занимающегося в АФК.
11. Физическое упражнение как основное средство АФК.
12. Характеристика дополнительных средств АФК (естественно-средовые и гигиенические факторы).

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература:

1. Евсеев С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 49.03.02 -«Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» - М. : Спорт, 2016. - 616 с.

б) дополнительная литература:

2. 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.

3. Адаптивное физическое воспитание и спорт / под ред. Джозефа П. Винника ; пер. с англ. И. Андреев. – Киев : Олимп. литература, 2010. - 608 с.

4. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности «Физическая культура» / Л.Л. Артамонова, О.П. Панфилов, В.В. Борисов ; общ. ред. О.П. Панфилова. - М. : Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. - 389 с.

5. Бахарев Ю.А. Адаптивная двигательная рекреация. Учебное пособие. / Ю.А. Бахарев, М.В. Курникова, В.А. Оринчук. - Нижний Новгород: Изд-во ННГУ им. Н.И. Лобачевского, 2017. - 120 с.

6. Брискин Ю. А. Адаптивный спорт / Ю. А. Брискин, С. П. Евсеев, А. В. Передрий. - М. : Советский спорт, 2010. - 316 с.

7. Ключкова Е. В. Введение в физическую терапию: реабилитация детей с церебральным параличом и другими нарушениями неврологической природы / Е.В. Ключкова. - М : Теревинф, 2016. - 288 с.

8. Опыт работы детско-юношеских спортивных и физкультурно-спортивных клубов инвалидов и лиц с отклонениями в развитии / сост. Н. А. Сладкова. – М. : Советский спорт, 2003.– 184 с.

9. Оринчук В.А. История Паралимпийского движения: учебное пособие. / В.А. Оринчук, М.В. Курникова, Ю.А. Бахарев. - Нижний Новгород: Нижегородский госуниверситет, 2017. - 201 с.

10. Оринчук В. А. Основы адаптивного спорта: учебное пособие для студентов всех форм обучения направлений подготовки: «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» ; «Физическая культура» / В. А. Оринчук, Е. Н. Фомичева, М. В. Курникова – Нижний Новгород : ООО «Цветной мир», 2015. - 293 с.

11. Сборник нормативных правовых документов в области паралимпийского спорта / авт.-сост. А. В. Царик ; под общ. ред. П. А. Рожкова; Паралимпийский комитет России. – М.: Советский спорт, 2011. – 1040 с.

12. Современные методики физической реабилитации детей с нарушением функций опорно-двигательного аппарата / Под общей редакцией Н. А. Гросс. – М. : Советский спорт, 2005. – 235 с.

13. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / авт.-сост. О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев ; под ред. С. П. Евсеева. – М. : Советский спорт, 2016. – 384 с.

14. Функциональная классификация в паралимпийском спорте / авт.-сост. Н. А. Сладкова ; Паралимпийский комитет России. – М. : Советский спорт, 2011. – 160 с.

15. Частные методики адаптивной физкультуры : учебное пособие / под ред. Л. В. Шапковой. – М. : Советский спорт, 2004 – 464 с.

в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

1. elibrary.ru - научная электронная библиотека

2. minsport.gov.ru - официальный сайт Министерства спорта РФ

3. paralymph.ru - официальный сайт Паралимпийского комитета России
4. fss.org.ru - официальный сайт Федерации спорта слепых России.
5. specialolympics.ru - официальный сайт Специальной Олимпиады России.
6. deafsport.ru - официальный сайт Сурдлимпийского комитета России.
7. olympic.ru - официальный сайт Олимпийского комитета России
8. afkonline.ru - официальный сайт журнала «Адаптивная физическая культура»
9. teoriya.ru - официальный сайт журнала «Теория и практика физической культуры»
10. Электронные библиотеки (studentlibrary.ru, e.lanbook.com, znanium.com, biblio-online.ru и др.)
11. Ресурсы открытого доступа

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Помещения представляют собой учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных программой, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения: учебно-методические пособия, компьютеры с выходом в Интернет, проектор, экран.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.03. Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм.

Автор к.п.н., доцент, Оринчук В.А.