

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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

Институт клинической медицины

(факультет / институт / филиал)

Утверждено на заседании методической
комиссии Института клинической
медицины Протокол №2 от 26.01.2023

Рабочая программа дисциплины

Адаптивная двигательная рекреация

(наименование дисциплины (модуля))

Уровень высшего образования

бакалавриат

(бакалавриат / магистратура / специалитет)

Направление подготовки / специальность

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья

(адаптивная физическая культура)

(указывается код и наименование направления подготовки / специальности)

Направленность образовательной программы

Физическая реабилитация

(указывается профиль / магистерская программа / специализация)

Форма обучения

Очная/заочная

(очная / очно-заочная / заочная)

Нижегород

_____2023____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 ОП

Дисциплина «Адаптивная двигательная рекреация» относится к дисциплинам обязательной части (Б1.О.21). Трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы. Дисциплина преподаётся в 5 семестре.

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 проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	ОПК-1.1. : Знает: - историю и современное состояние гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжного спорта как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - средства гимнастики и	Знает: -воспитательные возможности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - средства гимнастики и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики; средствами лыжного спорта; средствами	<i>Устный опрос. Тестовые задания. Доклад/презентация. Практическое задание.</i>

	<p>возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения гимнастическим упражнениям; -способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений; - основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты)); - методики обучения технике легкоатлетических упражнений; - методики развития физических качеств средствами легкой атлетики; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой; -правила и организацию соревнований в легкой атлетике; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других</p>	<p>плавания; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения спортивным и подвижным играм; - терминологию спортивных и подвижных игр; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - способы реализации здоровьесформирующих</p>	
--	---	--	--

	<p>мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики; - основы техники способов передвижения на лыжах; -методики обучения способам передвижения на лыжах; - методики развития физических качеств средствами лыжной подготовки; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях лыжной подготовкой; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта; - основы техники способов плавания и прикладного плавания; - методики обучения способам плавания; - методики развития физических качеств средствами плавания; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий</p>	<p>возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. Умеет: - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; -использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию</p>	
--	---	---	--

	<p>оздоровительного характера средствами плавания; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения спортивным и подвижным играм; - терминологию спортивных и подвижных игр; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий</p> <p>оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; -</p>	<p>гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, плавания,- подвижных и спортивных игр, лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой,</p>	
--	---	---	--

	<p>способы реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся.</p> <p>ОПК-1.2. : Умеет: - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; -использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности</p>	<p>адаптивной физической культурой с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - оценивать</p>	
--	---	--	--

	<p>терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, плавания,- подвижных и спортивных игр, лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств, в том числе, для ИВАС; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-</p>	<p>качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке, проведения физкультурно-</p>	
--	---	--	--

	<p>измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр,</p>	<p>спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - формировать основы физкультурных знаний; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; -</p>	
--	---	--	--

	<p>плавания, лыжной подготовки; - оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке,</p>	<p>применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; -оценивать результаты учебной деятельности обучающихся на основе объективных методов контроля. Имеет опыт: - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой</p>	
--	--	---	--

	<p>проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и</p>	<p>способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики; - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>	
--	--	--	--

	<p>качественным критериям; - формировать основы физкультурных знаний; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; -оценивать результаты учебной деятельности обучающихся на основе объективных методов контроля.</p> <p>ОПК-1.3. : Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - владения техникой видов легкой атлетики 		
--	---	--	--

	<p>на</p> <p>уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой двигательных действий спортивных игр</p> <p>и содержания действия подвижной игры; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики; - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике</p> <p>по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств</p>		
--	--	--	--

	<p>подвижных и спортивных игр; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике, плаванию, лыжной подготовке; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>		
<p>ОПК-2 : Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры</p>	<p>ОПК-2.1. : Знает: - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - предмет, цель, роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья; ОПК-2.2. : Умеет: - использовать и</p>	<p>Знает: - основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - предмет, цель, роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья; Умеет: - использовать и подбирать средства и</p>	<p><i>Устный опрос. Тестовые задания. Доклад/презентация</i></p>

	<p>подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - осуществлять образование лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся</p> <p>ОПК-2.3.: Имеет опыт: - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - опытом обобщения и анализа информации.</p>	<p>методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся</p> <p>Имеет опыт: - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - опытом обобщения и анализа информации.</p>	
<p>ОПК-9. Способен развивать компенсаторные возможности, оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p>	<p>ОПК-9.1.</p> <p>Знает: -функции организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы; -современные методы развития компенсаторных функций организма при различных последствиях заболеваний и травм; - технологию формулировки цели и задач развития компенсаторных функций организма.;-способы оценки эффективности развивающей деятельности с целью</p>	<p>Знает: -функции организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы; - современные методы развития компенсаторных функций организма при различных последствиях заболеваний и травм; - технологию формулировки цели и задач развития компенсаторных функций организма.; -способы оценки эффективности развивающей</p>	<p><i>Устный опрос. Тестовые задания. Доклад/презентация</i></p>

	<p>компенсации утраченных функций.</p> <p>ОПК-9.2.</p> <p>Умеет: - формулировать цель и задачи компенсаторной деятельности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - корректировать содержание и направленность компенсаторной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями организма человека.</p> <p>ОПК-9.3.</p> <p>Имеет опыт: - создания условий развития компенсаторных возможностей организма человека; - применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - анализа полученных результатов развития компенсаторных возможностей функций</p>	<p>деятельности с целью компенсации утраченных функций.</p> <p>Умеет: - формулировать цель и задачи компенсаторной деятельности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - корректировать содержание и направленность компенсаторной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями организма человека.</p> <p>Имеет опыт: - создания условий развития компенсаторных возможностей организма человека; - применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - анализа полученных результатов развития компенсаторных возможностей функций организма человека и</p>	
--	--	--	--

	организма человека и соотношения полученных результатов развития компенсаторных функций с поставленными целями и задачами.	соотнесения полученных результатов развития компенсаторных функций с поставленными целями и задачами.	
ОПК-17. Способен к ведению инновационно-предпринимательской деятельности	ОПК-17.1. Способен применять в повседневной деятельности теоретические основы нахождения и оценки новых рыночных возможностей, принципы формирования и описание бизнес-идеи, принципы организации финансового планирования и прогнозирования; ОПК-17.2. Способен применять основные подходы к проектированию и типологию традиционных и современных организационных структур управления, принципы распределения полномочий и ответственности, в т.ч. на основе их делегирования; теории мотивации, лидерства и власти в управленческой деятельности; принципы организации внедрения технологических и продуктовых инноваций, теоретические основы нахождения и оценки новых рыночных возможностей, принципы формирования и описание бизнес-идеи. ОПК-17.3. Способен	Способен применять в повседневной деятельности теоретические основы нахождения и оценки новых рыночных возможностей, принципы формирования и описание бизнес-идеи оказания услуг по адаптивной двигательной рекреации, принципы организации финансового планирования оказания услуг по адаптивной двигательной рекреации и прогнозирования спроса на оказания услуг по адаптивной двигательной рекреации; ОПК-17.2. Способен применять основные подходы к проектированию и типологию традиционных и современных организационных структур управления, принципы распределения полномочий и ответственности, в т.ч. на основе их делегирования оказания услуг по адаптивной двигательной рекреации; теории мотивации, лидерства и власти в управленческой деятельности в сфере	<i>Устный опрос. Тестовые задания. Доклад/презентация</i>

	разрабатывать и выполнять планы и программы финансового планирования и прогнозирования.	оказания услуг по адаптивной двигательной рекреации; принципы организации внедрения технологических и продуктовых инноваций в сфере оказания услуг по адаптивной двигательной рекреации, теоретические основы нахождения и оценки новых рыночных возможностей в сфере оказания услуг по адаптивной двигательной рекреации, принципы формирования и описание бизнес-идеи оказания услуг по адаптивной двигательной рекреации. ОПК-17.3. Способен разрабатывать и выполнять планы и программы финансового планирования и прогнозирования в сфере оказания услуг по адаптивной двигательной рекреации.	
--	---	--	--

3. Структура и содержание дисциплины

3.1 Трудоемкость дисциплины

	очная форма обучения	заочная форма обучения
Общая трудоемкость	3 ЗЕТ	3 ЗЕТ
Часов по учебному плану	108	108
в том числе		
аудиторные занятия (контактная	49	9

работа):		
- занятия лекционного типа	16	4
- занятия семинарского типа	32	4
- КСРИФ	1	1
самостоятельная работа	59	95
Промежуточная аттестация – зачет		4

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						Всего					
	Очная		Заочная	Очная	Заочная	Очная	Заочная	Очная		Заочная	Очная		Заочная	Очная	Заочная		
Тема 1. Цели и задачи адаптивной двигательной рекреации, её ведущие функции и принципы	1		1	2		4		1						12	1		
Тема 2. Характеристика средств адаптивной двигательной рекреации и условий их применения	1		1	2		4		1						12	1		
Тема 3. Адаптивный туризм как средство и метод двигательной рекреации	1		1	2		4		1						12	1		
Тема 4. Формы организации туристических мероприятий	1		1	2		4								12	1		
Тема 5. Водные виды адаптивной двигательной рекреации	1		1	2		4		1						12	1		
Тема 6. Игровые виды адаптивной двигательной	1		1	2		4		1						12	1		

рекреации																	
Тема 7. Танцевальные виды адаптивной двигательной рекреации	1		1	2		1	4									12	1
Тема 8. «Спартианская» программа работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья в адаптивной двигательной рекреации	1		1	1		1	2									12	1
Тема 9. Виды адаптивной двигательной рекреации, основанные на взаимодействии человека с животными. Самодеятельные формы занятий адаптивной двигательной рекреацией	1		1	1		1	2									12	1

Текущий контроль успеваемости реализуется в рамках занятий семинарского типа, групповых или индивидуальных консультаций, тестовых заданий, докладов/презентаций.

Промежуточная аттестация проходит в форме зачета.

Тестовые задания оцениваются по пятибалльной системе. Учитывается количество (%) правильных ответов или правильно выполненных контрольных заданий:

- «отлично» – процент правильных ответов 80 - 100%;
- «хорошо» – процент правильных ответов 65 - 79,9%;
- «удовлетворительно» – процент правильных ответов 50-64,9%;
- «неудовлетворительно» – процент правильных ответов менее 50%.

Ситуационные задачи используются для оценки способности применять полученные знания на практике. Решение ситуационных задач оценивается по пятибалльной шкале:

- 2 балла – допущены серьезные ошибки логического и фактического характера, выводы отсутствуют;
- 3 балла – задание выполнено отчасти, допущены ошибки логического или фактического характера, предпринята попытка сформулировать выводы;
- 4 балла – задание в целом выполнено, но допущены несколько незначительных ошибок логического или фактического характера, сделаны выводы;
- 5 баллов – задание выполнено, сделаны правильные выводы.

Устный опрос проводится для оценки знаний студентами теоретического материала; способности логически верно и аргументировано излагать материал; умения анализировать факты и проблемные аспекты по теме. Применяется шкала «зачтено-незачтено»:

- «зачтено» – если студент демонстрирует знание материала по разделу, основанные на знакомстве с обязательной литературой и современными публикациями; дает

логичные, аргументированные ответы на поставленные вопросы. Оценка «зачтено» ставится и в том случае, если студентом допущены незначительные неточности в ответах.

- «не зачтено» – имеются существенные пробелы в знании основного материала по разделу, а также допущены принципиальные ошибки при изложении материала.

Доклады/презентации - оценивается полнота собранного теоретического материала; свободное владение содержанием; умение логически верно излагать материал; умение создавать содержательную презентацию; умение комплексно анализировать материал; способность иллюстрировать материал; умение работать с информационными ресурсами. Применяется пятибалльная шкала:

- «отлично» – доклад содержит полную информацию по представляемой теме, основанную на обязательных литературных источниках и современных публикациях; выступление сопровождается качественным демонстрационным материалом (слайд-презентация, раздаточный материал); студент свободно владеет содержанием, ясно и грамотно излагает материал; свободно и корректно отвечает на вопросы и замечания аудитории; точно укладывается в рамки регламента (7 - 10 минут).
- «хорошо» – представленная тема раскрыта, однако доклад содержит неполную информацию по представляемой теме; выступление сопровождается демонстрационным материалом (слайд-презентация, раздаточный материал); выступающий ясно и грамотно излагает материал; аргументировано отвечает на вопросы и замечания аудитории, однако выступающим допущены незначительные ошибки в изложении материала и ответах на вопросы. «удовлетворительно» – выступающий демонстрирует поверхностные знания по выбранной теме, имеет затруднения с использованием научно-понятийного аппарата и терминологии курса; отсутствует сопроводительный демонстрационный материал.
- «неудовлетворительно» – доклад имеет существенные пробелы по представленной тематике, основан на недостоверной информации; выступающим допущены принципиальные ошибки при изложении материала.

4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся.

Предусмотрены следующие виды самостоятельной работы студентов:

- самостоятельное изучение литературы (учебников, справочных материалов, специальных источников, монографий, статей из периодических изданий и т.п.), необходимой для освоения теоретических вопросов, подготовки к текущему контролю. Вопросы для самостоятельной работы могут быть включенные в планы лекций, семинарских занятий, так и вынесенные целиком на самостоятельное изучение студента;
- подготовка рефератов, конспектов ответов на вопросы для семинарских занятий;
- выполнение письменных заданий, включая тестовые задания;
- решение задач;

Текущий контроль самостоятельной работы студентов проводится в форме устного опроса, тестирования; оценки рефератов, письменных заданий, решения ситуационных задач и тестового контроля.

Вопросы и задания для самостоятельного контроля.

Темы	Вопросы для проверки знаний студентов
Тема 1. Цели и задачи адаптивной двигательной рекреации, её ведущие функции и принципы	1) Раскройте отличительные черты адаптивной двигательной рекреации. 2) В чем состоит главная цель адаптивной двигательной рекреации? 3) Назовите основные задачи адаптивной двигательной рекреации.
Тема 2. Характеристика средств	1) Раскройте содержание требований к физическим

адаптивной двигательной рекреации и условий их применения	упражнениям для включения их в программу адаптивной физической рекреации. 2) Каким образом классифицируются условия проведения занятий по адаптивной двигательной рекреации?
Тема 3. Адаптивный туризм как средство и метод двигательной рекреации	1) Назовите основные оздоровительные факторы туризма. 2) Расскажите об оздоровительном влиянии адаптивного туризма на личность занимающихся.
Тема 4. Формы организации туристических мероприятий	1) Какие формы организации туристических мероприятий вам известны? 2) Раскройте содержание этапов подготовительного периода при организации туристического мероприятия.
Тема 5. Водные виды адаптивной двигательной рекреации	1) Какие классификации водных видов адаптивной двигательной рекреации вам известны? 2) Раскройте сходства и отличия двигательной активности человека в воде и под водой. 3) Какие приспособления, технические средства используются в водных видах адаптивной двигательной рекреации?
Тема 6. Игровые виды адаптивной двигательной рекреации	1) Раскройте классификацию игровых видов адаптивной двигательной рекреации. 2) В чем отличие подвижных игр от рекреативной деятельности с элементами спортивных игр?
Тема 7. Танцевальные виды адаптивной двигательной рекреации	1) В чем сходство и различия между танцевальной терапией и адаптивными танцами? 2) Какие формы танцев на инвалидных колясках вам известны?
Тема 8. «Спартианская» программа работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья в адаптивной двигательной рекреации	1) Раскройте особенности «Спартианской» программы культурно-спортивной работы с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья. 2) Раскройте роль «Спартианской» программы в социализации и социальной интеграции инвалидов.
Тема 9. Виды адаптивной двигательной рекреации, основанные на взаимодействии человека с животными Самостоятельные формы занятий адаптивной двигательной рекреацией	1) Какие виды спорта, в том числе адаптивного, основаны на управлении поведением животных? 2) Раскройте психологические аспекты взаимодействия лошади с лицами, имеющими поражения опорно- двигательного аппарата. 3) Какие из традиционных видов двигательной активности можно рекомендовать для занятий адаптивной двигательной рекреацией?

Темы контрольных работ (для студентов ЗФО).

1. Использование средств и методов АДР для улучшения функциональных резервов систем организма в условиях работы клуба по интересам (кружка).
2. Психолого-педагогические особенности развития личности в условиях рекреационной деятельности спецшколы (VIII) вида.
3. Функциональные резервы организма и возможности их использования в различных рекреационных зонах.

4. Технология профилактики и коррекции девиантного поведения подростков средствами рекреационной деятельности.
5. Применение средств и методов АДР в ходе обретения бытовой самостоятельности и активности инвалидов.
6. Использование средств и методов АДР в домашних условиях для совершенствования профессиональной деятельности индивида.
7. Экстремальные виды АДР.
8. Соревновательная деятельность среди групп населения в ходе осуществления народных (традиционных) праздников.
9. Влияние рекреативно-оздоровительных однодневных поездок на физическую работоспособность и психическую активность контингента работающих в организации.
10. Зимние виды АДР.

Контрольные вопросы и задания/задачи 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, 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 незначительных 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	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном объеме, но	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи . Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с	Продemonстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными незначительными недочетами, выполнены все задания в	Продemonстрированы все основные умения, решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме без недочетов

			объеме.	некоторые с недочетами.	недочетами.	полном объеме.	
<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	Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач без ошибок и недочетов.	Продemonстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов.	Продemonстрирован 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 Контрольные вопросы

<i>вопросы</i>	<i>Код формируемых компетенции</i>
1. Отличительные черты (функции) адаптивной двигательной рекреации от других занятий физической культурой.	ОПК-1
2. Основные понятия и специфические функции адаптивной физической рекреации.	ОПК-2
3. Основные средства адаптивной двигательной рекреации.	ОПК-9
4. Цель и задачи адаптивной двигательной рекреации.	ОПК-1
5. Формы организации занятий по адаптивной физической рекреации	ОПК-1
6. Оздоровительное влияние рекреационных воздействий.	ОПК-1
7. Игровые виды адаптивной двигательной рекреации	ОПК-2
8. Возможности совершенствования моторных, медицинских, психологических и социальных аспектов реабилитации инвалидов с помощью танцевальных видов адаптивной двигательной рекреации.	ОПК-9
9. Каковы возможности использования «Спартианской» программы в системе адаптивной двигательной рекреации?	ОПК-2
10. Какие из традиционных видов двигательной активности можно рекомендовать для занятий адаптивной двигательной рекреацией?	ОПК-9 ОПК-17
11. Почему умения и навыки произвольного расслабления мышц имеют большое значение в системе адаптивной двигательной рекреации?	ОПК-1
12. Классификация водных видов адаптивной двигательной рекреации. Раскройте варианты двигательной активности занимающихся, осуществляемой на поверхности воды. Какие приспособления, устройства, технические средства используются в этом случае?	ОПК-2
13. Сходства и отличия двигательной активности человека в воде и под водой.	ОПК-9
14. Использование естественных водоемов для водных видов адаптивной физической рекреации.	ОПК-1
15. Классификация игровых видов адаптивной двигательной рекреации.	ОПК-1
16. Места занятий адаптивной двигательной рекреации.	ОПК-2
17. Адаптивная двигательная рекреация как вид адаптивной физической культуры.	ОПК-9
18. Креативные (художественно-музыкальные) и экстремальные виды адаптивной физической культуры. Возможности и перспективы.	ОПК-1 ОПК-17
19. Адаптивная двигательная рекреация в семье.	ОПК-1
20. Адаптивная двигательная рекреация в государственных образовательных учреждениях.	ОПК-9
21. Адаптивная двигательная рекреация в организациях и учреждениях системы здравоохранения.	ОПК-2
22. Самодетельные формы занятий адаптивной двигательной рекреацией.	ОПК-9
23. Организация адаптивной двигательной рекреации в России.	ОПК-1 ОПК-17

24. Международный опыт в организации адаптивной двигательной рекреации.	ОПК-1
---	-------

5.2.2. Типовые задания для оценки сформированности компетенции ОПК-1

Задание 1.

Подготовить проект физкультурного рекреационного мероприятия для детей младшего школьного возраста с расстройством зрения.

Задание 2.

Подготовить проект физкультурного рекреационного мероприятия для детей старшего школьного возраста с детским церебральным параличом

Задание 3.

Подготовить проект физкультурного рекреационного мероприятия для молодых людей со средней степенью умственной отсталости.

Задание 4.

Подготовить проект физкультурного рекреационного мероприятия для пожилых людей.

Комплект типовых тестовых и контрольных вопросов для текущей и промежуточной аттестации по дисциплине.

Контрольные и тестовые вопросы

1. Адаптивная двигательная рекреация направлена на:

- А) удовлетворение потребности инвалида в получении удовольствия от двигательной активности
- Б) совершенствование двигательных способностей инвалидов
- В) удовлетворении потребности лиц с ограниченными возможностями в самоактуализации.

2. Наиболее предпочтительны в адаптивной двигательной рекреации:

- А) занятия на открытом воздухе
- Б) занятия в специально оборудованных для инвалидов спортивных сооружениях
- В) занятия в реабилитационных центрах.

3. Занятия по адаптивной двигательной рекреации могут проводить:

- А) только лица, освоившие специализацию «Адаптивная двигательная рекреация»
- Б) только специалисты с медицинским образованием
- В) волонтеры, родственники лиц с отклонениями в состоянии здоровья и другие заинтересованные люди.

5.2.3. Типовые задания/задачи для оценки сформированности компетенции ОПК-2

4. Ведущими функциями адаптивной двигательной рекреации являются:

- А) гедонистическая и рекреационно-оздоровительная
- Б) спортивная и соревновательная
- В) лечебно-восстановительная и творческая.

5. Ориентирование по тропам – это

- А) разновидность ориентирования, предназначенная для людей с ограниченными возможностями передвижения
- Б) одна из форм организации туристических мероприятий
- В) вид туризма, включающий прохождение маршрутов соответствующих определенным категориям сложности.

6. Выделяют следующие формы танцев на инвалидных колясках:

- А) индивидуальный, парный, танец группы
- Б) народный, современный
- В) латиноамериканский, европейский.

7. В чем особенность «Спартианской» программы работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья?

- А) комплексный характер, включающий культурную и спортивную составляющую
- Б) предназначена для лиц с умственной отсталостью
- В) включает соревнования по видам спорта, невошедшим в программу Паралимпийских игр.

Типовые практические задания:

Задание 4. Дополнить ответ.

Принцип АФК _____ представляет собой положение о приоритете развития личности и ее интересов над интересами общества, создавая условия реализации гуманизма по отношению к инвалидам.

Задание 5. Дополнить ответ.

Принцип АФК _____ означает сохранение потребности в двигательной активности на протяжении жизни.

Задание 6. Дополнить ответ.

Принцип АФК _____ реализуется как процесс освоения социально-культурного опыта, подготовка к самостоятельной жизни в обществе.

Типовые тестовые задания/задачи для оценки сформированности компетенции ОПК-9

9. Какой вид спорта, основанный на управлении поведением животных, включен программу Паралимпийских игр?

- А) конный
- Б) кинологический
- В) радиоспорт.

10. Физические упражнения в воде, используемые в адаптивной двигательной рекреации в зависимости от применяемых методов различаются на:

- А) силовые, скоростно-силовые
- Б) общеразвивающие, гимнастические
- В) индивидуальные и коллективные.

5.2.4. Темы курсовых работ, эссе, рефератов

Темы рефератов.

1. Использование средств и методов АДР для улучшения функциональных резервов систем организма в условиях работы клуба по интересам (кружка).
2. Психолого-педагогические особенности развития личности в условиях рекреационной деятельности спецшколы (VIII) вида.
3. Функциональные резервы организма и возможности их использования в различных рекреационных зонах.
4. Технология профилактики и коррекции девиантного поведения подростков средствами рекреационной деятельности.
5. Применение средств и методов АДР в ходе обретения бытовой самостоятельности и активности инвалидов.
6. Использование средств и методов АДР в домашних условиях для совершенствования профессиональной деятельности индивида.
7. Экстремальные виды АДР.
8. Соревновательная деятельность среди групп населения в ходе осуществления народных (традиционных) праздников.
9. Влияние рекреативно-оздоровительных однодневных поездок на физическую работоспособность и психическую активность контингента работающих в организации.
10. Зимние виды АДР.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература:

1. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. В 2 т. Т. 2: Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов / С. П. Евсеев. – М.: Советский спорт, 2005. – 448 с.: ил. Фонд ФБ, 70 экз.
2. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. / С.П. Евсеев. – М.: Спорт, 2016. – 616 с. ЭБС Консультант студента.
<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839428.html>

б) дополнительная литература:

1. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения: учебное пособие / С.П. Евсеев. – М.: Советский спорт, 2014. – 298 с. ЭБС БиблиоРоссика. <http://www.bibliorossica.com/book.html?currBookId=16448>
2. Ивченко Е.А. Взаимосвязь физических и психических нагрузок при занятиях двигательной рекреацией: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. – М., 2005. – 185 с. <http://www.dslib.net/fiz-vospitanie/vzaimosvjaz-fizicheskikh-i-psihicheskikh-nagruzok-pri-zanjatijah-dvigatelnoj.html>
3. Бахарев Ю.А. Адаптивная двигательная рекреация. Учебное пособие / Ю.А. бахарев, М.В. курникова, В.А. Оринчук. – Нижний Новгород: Изд-во ННГУ, 2017. – 120 с.
4. Оринчук В.А. Методические указания по организации занятий адаптивным скалолазанием: учебно-методическое пособие / В.А. Оринчук, М.В. Курникова, Ю.А. Бахарев, М.А. Кавинов. - Нижний Новгород: Изд-во ННГУ, 2019. – 111 с.

в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы

1. Электронно-библиотечная система КнигаФонд.
2. Научная электронная библиотека http://elibrary.ru/project_authors.asp
3. Периодика онлайн
4. Библиографические базы, цитирование
5. Тестовый доступ
6. Локальные базы
7. Каталоги периодики
8. Переводимые/индексируемые в WoS журналы
9. BioMed Central
10. DOAJ-Direktory of Open Access Journals
11. HighWirePress
12. PLOS-Publik Library of Science

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, 1 компьютер с выходом в Интернет, проектор, экран.
- Компьютерный класс: 14 компьютеров 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 ОС ВО ННГУ по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).

Автор (ы) __ Курникова М.В. _____

Рецензент (ы) _____

Заведующий кафедрой __ Курникова М.В. _____