

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»
Университетский колледж

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.19 АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Специальность 49.02.01 Физическая культура

Составитель: Преподаватель высшей
квалификационной категории Л. В. Фролова

Проректор по образовательной
деятельности А. С. Кривоногова

Екатеринбург
1. 2024

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина «Адаптивная физическая культура» является вариативной частью общепрофессионального цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01. Физическая культура

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии компетенций.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

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

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

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

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

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

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

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на

государственном и иностранном языках.

ПК 1.1. Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу.

ПК 1.2. Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях.

ПК 1.3. Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.

ПК 1.4. Организовывать деятельность волонтеров в области физической культуры и спорта.

ПК 1.5. Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

ПК 2.1. Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы.

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

ПК 2.3. Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов.

ПК 2.4. Осуществлять исследовательскую и проектную деятельность в области физической культуры и спорта.

ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп.

ПК 3.2. Проводить занятия с населением различных возрастных групп.

ПК 3.3. Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.

ПК 3.4. Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок.

ПК 3.5. Вести первичную учетно-отчетную документацию, обеспечивающую проведение занятий.

ПК 3.6. Осуществлять организацию продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- ориентироваться в истории и тенденциях развития адаптивной физической культуры;

- правильно использовать терминологию в области адаптивной физической культуры;
- находить и анализировать информацию по теории и истории адаптивной физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;

знать:

- содержание и задачи адаптивной физической культуры, историю ее становления и развития в России и за рубежом;
- понятийный аппарат теории адаптивной физической культуры;
- основные педагогические принципы работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья и ослабленным здоровьем;
- особенности реализации принципов физического воспитания в адаптивной физической культуре;
- особенности содержания, средств, методов и форм адаптивного физического воспитания;
- дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации адаптивного физического воспитания детей и подростков;
- организационно-управленческую структуру адаптивной физической культуры в России;

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объём дисциплины и виды учебной работы.

Вид учебной работы	Объём часов
1	2
Объём ОП.19 (всего)	74
Аудиторная учебная нагрузка обучающегося(всего)	70
В том числе:	
теоретические занятия	50
практические занятия	20
Самостоятельная работа	2
Промежуточная аттестация по дисциплине - другие формы контроля	2

2.2 Тематический план и содержание дисциплины ОП.17 «Адаптивная физическая культура»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов
Раздел 1. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры. Виды адаптивной физической культуры		
Тема 1.1 Основные понятия и термины адаптивной физической культуры	Содержание материала: Предмет, объект АФК Основные понятия и термины АФК (презентация) Лекции Самостоятельная работа обучающихся: Изучение нормативно-правовых актов по вопросам АФК Об учреждениях адаптивной физической культуры и адаптивного спорта (дополнение к Методическим рекомендациям по организации деятельности спортивных школ в Российской Федерации от 12.12.2006г. №СК-02-10/3685) (doc, 12 611 Kb) Методические рекомендации по обеспечению соблюдения требований доступности при предоставлении услуг инвалидам и другим маломобильным группам населения, с учетом факторов, препятствующих доступности услуг в сфере спорта и туризма Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации"	6
Тема 1.2 Виды адаптивной физической культуры	Содержание материала: Основные виды АФК: адаптивное физическое воспитание; адаптивный спорт; адаптивная физическая рекреация; адаптивная двигательная реабилитация. Лекции Практические занятия Контрольная работа по освоению терминов адаптивной физической культуры	4 2

Раздел 2. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья		
Тема 2.1 Социальная реабилитация	Содержание материала: Система комплексной реабилитации инвалидов. Лекции Практические занятия. Практикум по коррекционной психологии	4 2
Тема 2.2 АФК в системе реабилитации инвалидов	Содержание материала: АФК в системе реабилитации инвалидов. Социальные принципы АФК. Лекции Практические занятия. Упражнения на формирование позиции принятием ребенка с ОВЗ.(4)	4 2
Тема 2.3 Принципы АФК	Содержание материала: Социальные принципы. Общесметодические принципы. Специально-методические принципы. Лекции Практические занятия. Составить комплекс физических упражнений для укрепления здоровья глухих и слабослышащих детей в учебном процессе.(5)	4 2
Раздел 3 Функции, задачи, средства АФК		
Тема 3.1 Функции адаптивной физической культуры	Содержание материала: Реализация функций через двигательные действия Лекции Практические занятия. Подготовка комплекса упражнений при различных заболеваниях (7)	4 2

Тема 3.2 Содержание и задачи АФК	<p>Содержание материала: Основные задачи адаптивного физического воспитания. Постановка педагогических задач.</p> <p>Лекции</p> <p>Практические занятия. Определение уровня двигательной активности ребенка (11)</p>	<p>4</p> <p>2</p>
Тема 3.3 Средства АФК	<p>Содержание материала: Физические упражнения, используемые в АФК. Связи физических упражнений с другими видами средств.</p> <p>Лекции</p> <p>Практические занятия. Комплексный анализ учебно-тренировочных занятий (13)</p>	<p>4</p> <p>2</p>
Раздел 4. Методы и формы организации АФК		
Тема 4.1 Методы АФК	<p>Содержание материала: Понятие метода, методики. Методические приемы. Методы обучения двигательным действиям</p> <p>Лекции</p> <p>Практические занятия. Методика АФК при подготовке будущих учителей к профессиональной деятельности</p>	<p>4</p> <p>2</p>
Тема 4.2 Формы организации АФК	<p>Содержание материала: Индивидуальные занятия. Индивидуально-групповые занятия. Малогрупповые занятия. Направленность уроков АФК. Урочные и неурочные формы занятий АФК.</p> <p>Лекции</p> <p>Практические занятия. Организация занятий со слабослышащими детьми младшего школьного возраста на примере оздоровительного плавания</p>	<p>6</p> <p>2</p>

<p>Тема 4.3 Развитие физических качеств в АФК</p>	<p>Содержание материала: .Факторы, определяющие стратегию процесса воспитания физических качеств. Основные закономерности развития физических способностей. Принципы развития физических качеств. Лекции Практические занятия. Составить комплекс упражнений для лиц с ОВЗ для развития одного из физических качеств.(1)</p>	<p>6</p> <p>2</p>
<p>ИТОГО:</p>	<p>74 часа в т.ч. - лекции – 50 час. - практические работы – 20 час. - самостоятельная работа обучающегося – 2 час. - промежуточная аттестация – 2 час.</p>	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация рабочей программы дисциплины требует наличия учебного кабинета общепрофессиональных дисциплин.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- учебно-наглядные пособия

Технические средства обучения:

- компьютер;
- проектор

3.2. Информационное обеспечение обучения

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список, может быть дополнен новыми изданиями

Основные источники:

1. Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 401 с. — (Высшее образование). — Режим доступа: <http://www.biblioonline.ru/bcode/455431>

Дополнительные источники

1. Бегидова Т. П. Основы адаптивной физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 191 с. — (Высшее образование). — Режим доступа: <http://www.biblio-online.ru/bcode/454085>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ориентироваться в истории и тенденциях развития адаптивной физической культуры; • правильно использовать терминологию в области адаптивной физической культуры; • находить и анализировать информацию по теории и истории адаптивной физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития; <p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> • содержание и задачи адаптивной физической культуры, историю ее становления и развития в России и за рубежом; • понятийный аппарат теории адаптивной физической культуры; • основные педагогические принципы работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья и ослабленным здоровьем; • особенности реализации принципов физического воспитания в адаптивной физической культуре; • особенности содержания, средств, методов и форм адаптивного физического воспитания; • дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации адаптивного физического воспитания детей и подростков; • организационно-управленческую структуру адаптивной физической культуры в России; 	<ul style="list-style-type: none"> - Объясняет роль и значение адаптивной физической культуры в развитии общества и человека, цели и принципы современного олимпийского движения, его роль и значение в современном мире, влияние на развитие массовой физической культуры и спорта высших достижений; - объясняет роль и значение занятий адаптивной физической культурой в укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек, ведении здорового образа жизни. - знает требования ГТО. <p>Характеризует:</p> <ul style="list-style-type: none"> - индивидуальные особенности физического и психического развития и их связь с регулярными занятиями физическими упражнениями; - особенности функционирования основных органов и структур организма во время занятий физическими упражнениями, особенности планирования индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности и контроля их эффективности; - особенности содержания и направленности различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую эффективность. 	<p>устные опросы на занятиях, выполнение практических и самостоятельных работ.</p>