

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»
Институт физической культуры, спорта и здоровья
Кафедра теории и методики физической культуры

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.В.ДВ.01.01 «ЧАСТНЫЕ МЕТОДИКИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ»**

Направление подготовки 44.04.01 Педагогическое образование

Профиль программы «Образование в области физической культуры»

Автор(ы): канд. пед. наук, доцент, Т.В. Андрюхина
заведующий кафедрой
канд. пед. наук, доцент, Е.В. Кетриш
доцент

Одобрена на заседании кафедры теории и методики физической культуры. Протокол от «11» января 2022 г. №6.

Рекомендована к использованию в образовательной деятельности комиссией института ФКСЗ РГППУ. Протокол от «12» января 2022 г. №4.

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель освоения дисциплины «Частные методики адаптивной физической культуры»: формирование у студентов знания теоретических и методических основ частных методик адаптивной физической культуры и применение их в конкретных ситуациях профессиональной деятельности.

Задачи:

- формирование умений использовать методы адаптивной физической культуры для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья;
- приобретение навыков охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности;
- формирование умений ориентироваться в теории и стратегии развития безопасности жизнедеятельности людей с ограниченными возможностями здоровья.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Частные методики адаптивной физической культуры» относится к дисциплинам по выбору учебного плана.

Для изучения учебной дисциплины необходимы знания, умения и владения, формируемые следующими дисциплинами:

1. Медико-биологические аспекты деятельности специалиста в области физической культуры и спорта.
2. Организация физкультурно-оздоровительной деятельности с различными категориями населения.
3. Теория и методика детско-юношеского спорта.

Перечень учебных дисциплин, для которых необходимы знания, умения и владения, формируемые данной учебной дисциплиной:

1. Педагогическая практика.
2. Преддипломная практика.

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций:

- УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий;
- ПКС-3 Способен осуществлять проектирование и реализацию основных и дополнительных образовательных программ с учетом положений теории



физической культуры, а также физиологических, анатомо-морфологических и психологических особенностей обучающихся и занимающихся.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен:

Знать:

31. Методологические подходы адаптивной физической культуры к реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья;

32. Основные исторические вехи развития частных методик адаптивной физической культуры для лиц с ограниченными возможностями здоровья как отрасли научных знаний;

33. Основные средства адаптивной физической культуры в реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья;

34. Основные понятия курса;

35. Предмет, задачи, методы оценки влияния частных методик адаптивной физической культуры на организм человека;

36. Основы частных методик адаптивной физической культуры;

37. Организационные и методические основы применения частных методик адаптивной физической культуры в реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья;

38. Связи частных методик адаптивной физической культуры с другими науками.

Уметь:

У1. Использовать знания частных методик адаптивной физической культуры при изучении других дисциплин;

У2. Применять знания частных методик адаптивной физической культуры в конкретных ситуациях профессиональной деятельности.

Владеть:

В1. Навыками работы с инвалидами с поражениями опорно-двигательного аппарата, слуха, зрения, с нарушениями интеллекта, соматическими заболеваниями и комбинированными поражениями.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 4 зач. ед. (144 час.), семестр изучения – 3, распределение по видам работ представлено в табл. № 1.

Таблица 1. Распределение трудоемкости дисциплины по видам работ

Вид работы	Форма обучения
	очная



	Семестр изучения	
	3 сем.	
	Кол-во часов	
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	144	
Контактная работа, в том числе:	32	
Практические занятия	32	
Самостоятельная работа студента	112	
Промежуточная аттестация, в том числе:		
Зачет с оценкой	3 сем.	

**Распределение трудоемкости по видам контактной работы для заочной формы обучения (при наличии) корректируется в соответствии с учебным планом заочной формы обучения.*

4.2 Содержание и тематическое планирование дисциплины

Таблица 2. Тематический план дисциплины

Наименование разделов и тем дисциплины (модуля)	Сем.	Всего, час.	Вид контактной работы, час.			СРС
			Лекции	Практ. занятия	Лаб. работы	
1. Введение в дисциплину «Частные методики адаптивной ФК	3	18	-	4	-	14
2. Методические концепции частных методик адаптивной физической культуры	3	18	-	4	-	14
3. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением зрения	3	18	-	4	-	14
4. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением слуха	3	18	-	4	-	14
5. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением речи	3	18	-	4	-	14
6. Методика адаптивной физической культуры детей с умственной отсталостью	3	18	-	4	-	14
7. Методика адаптивной физической культуры при детском церебральном параличе	3	18	-	4	-	14
8. Особенности работы с родителями	3	18	-	4	-	14



детей-инвалидов						
-----------------	--	--	--	--	--	--

**Распределение часов по разделам (темам) дисциплины для заочной формы обучения осуществляется научно-педагогическим работником, ведущим дисциплину.*

4.3 Содержание разделов (тем) дисциплин

Раздел 1. Введение в дисциплину «Частные методики адаптивной ФК

Цель, задачи, предмет, объект, формы и последовательность изучения. Частные методики - ведущая дисциплина практической и теоретической подготовки студента к профессионально-педагогической деятельности с детьми-инвалидами. Связь с учебно-ознакомительной практикой и научно-исследовательской работой. Базовые предпосылки построения частных методик адаптивной физической культуры: особенности дизонтогенеза и ретардации физического, психического, интеллектуального развития, отставание в уровне физической подготовленности, координационных способностей, вызванные основным дефектом, сопутствующими заболеваниями, вторичными нарушениями.

Раздел 2. Методические концепции частных методик адаптивной физической культуры

Методологическая основа частных методик - базовые теоретические концепции адаптивной физической культуры, связанные с ее целями, задачами, принципами, дифференцированным и индивидуализированным подходом. Взаимосвязью диагностики и коррекционной направленности педагогических воздействий, личностно-ориентированным подбором средств, методов, организационных форм занятий, учетом возрастных закономерностей развития. Па-значение всех частных методик - формирование физической готовности детей разных нозологических групп к самостоятельной жизни за счет коррекции и компенсации имеющихся недостатков, развития и совершенствования сохранных функций в процессе занятий физическими упражнениями

Раздел 3. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением зрения

Характеристика детей с депривацией зрения. Понятие "ребенок с нарушением зрения", "незрячий", "слабовидящий", "с сочетанной патологией". Характеристика функций зрительного анализатора. Основные зрительные дисфункции у детей школьного возраста. Комплектование групп. Задачи (образовательные, воспитательные, коррекционные, профилактические) и формы специального образования в школах III-IV видов. Структура и содержание адаптивного физического воспитания детей с нарушением зрения. Роль и место адаптивной физической культуры в образовании незрячих и слабовидящих школьников (всестороннее развитие школьника, освоение письма и чтения по системе Брайля, формирование навыков пространственной ориентировки и пр.).



Особенности физического и психического развития детей с нарушением зрения. Особенности развития психических процессов у детей с нарушением зрения. Характеристика внимания, памяти, мышления, восприятия, пространственной ориентировки. Особенности познавательной и коммуникативной деятельности детей с депривацией зрения. Характеристика физического развития детей. Сопутствующие заболевания и вторичные отклонения в физическом развитии незрячих и слабовидящих детей. Типичные нарушения двигательной сферы. Причины и факторы, обуславливающие возникновение вторичных отклонений у незрячих, слабовидящих и детей с нарушением интеллекта. Уровень физического развития и физической подготовленности незрячих и слабовидящих детей. Адаптационные, защитные и компенсаторные механизмы.

Методы и методические приемы, используемые в адаптивном физическом воспитании детей с депривацией зрения. Основные направления адаптивного физического воспитания детей с депривацией зрения: развитие, обучение, воспитание, коррекция, профилактика. Коррекционно-компенсаторная направленность адаптивного физического воспитания детей с нарушением зрения, коррекция основных движений (ходьба, бег, лазанье, перелезание и пр.), физических качеств, координационных способностей, точности и согласованности движений. Коррекция и профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата. Особенности использования сохранных анализаторов: остаточного зрения, слуха, осязания, обоняния, вибрации, температурной чувствительности и пр. Методы обучения детей с депривацией зрения двигательным действиям: методы слова, наглядности, практических упражнений, дистанционного управления. Контактный метод показа: пассивный и активный. Методические приемы: стимулирование двигательной активности, использование ТОО, звуковых и осязательных ориентиров, специального спортивного инвентаря и пр. Наглядные пособия, традиционный и нетрадиционный спортивный инвентарь. Требования к наглядным пособиям: доступность, объемность, контрастность, яркость. Использование цветовых гамм: зеленый, желтый, оранжевый, красный; освещение, режим зрительной нагрузки. Особенности общения и регулирования психоэмоционального состояния детей с нарушением зрения. Способы регулирования физической нагрузки в процессе адаптивного физического воспитания (уроки физкультуры, коррекционные и рекреативные занятия, спортивные тренировки, самостоятельные занятия). Показания и противопоказания к физическим; нагрузкам. Регулирование психофизической нагрузки. Этапы освоения движений незрячими школьниками (по Л. А. Семенову. 1984). Особенности организации и проведения уроков в школах III-IV видов. Структура и содержание урока. Учет основного и сопутствующих заболеваний, вторичных отклонений в состоянии здоровья детей. Учет возрастных и психических особенностей развития детей с нарушениями зрения. Охрана и развитие остаточного зрения, и использование сохранных анализаторов. Учет особенностей зрительного восприятия учебного материала в зависимости от характера и степени поражения зрительных функций. Индивидуальный и дифференцированный подход к обучению двигательным действиям и физической



нагрузке. Облегченный режим зрительной нагрузки, способы ее регулирования за счет зрительных тренингов. Построение урока в зависимости от типа урока (обучающий, развивающий, коррекционный, рекреативный или спортивной направленности), его задач. Особенности обучения незрячих и слабовидящих разделам учебной программы: легкая атлетика гимнастика, лыжная подготовка, спортивные и подвижные игры, плавание и пр. Особенности организации и проведения учебно-воспитательной работы. Межпредметные связи. Планирование учебной работы: годовое, четвертное, тематическое и др. документация. Тестирование как способ индивидуального сопровождения и педагогического контроля за динамикой развития (физического, психической, интеллектуального) личности ребенка с депривацией зрения. Формы тестирования уровня физической подготовленности. Профилактика травматизма в процессе адаптивного физического воспитания. Особенности формирования навыка пространственной ориентировки. Сущность понятия "пространственная ориентировка". Основные понятия ориентировочно-мобилиторной деятельности. Виды пространственной ориентировки: ориентировка в предметно-познавательном пространстве (ориентировка в малом пространстве); ориентировка в рабочем пространстве; ориентировка в большом пространстве. Роль сохранных анализаторов в ориентировке незрячих детей и особенности их использования. Взаимодействие сохранных анализаторов (зрительного, слухового, осязательного, обонятельного, двигательного). Основные виды восприятия детей с депривацией зрения: у незрячих и детей с остаточным зрением осязательно-двигательное и слуховое восприятие, у слабовидящих - зрительно-слуховое. Особенности зрительного восприятия окружающего пространства детьми с остаточным зрением. Топографические представления незрячих. Ознакомление со способами выявления свойств предметов: прочность, плотность, мягкость, термичность. полость, звуковые характеристики изучаемых предметов, определение предмета по запаху и пр. Способы защиты от опасности при передвижениях. Способы переноса сформированных навыков пространственной ориентировки в повседневную жизнь ребенка.

Раздел 4. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением слуха

Характеристика нарушений слуха. Анатомо-физиологическая характеристика нарушений слуха. Классификация стойких нарушений слуха. Понятия "глухота" и "тугоухость". Причины нарушений слуха. Взаимосвязь слухового и вестибулярного анализаторов. Сопутствующие заболевания, вторичные нарушения. Сочетанные нарушения. Ранняя диагностика слуха. Состояние сохранных функций. Механизмы компенсации слуховой депривации. Особенности психофизического развития и двигательные способности детей с нарушением слуха. Влияние нарушений слуха на психику ребенка, общение с людьми и окружающим предметным миром. Замедленность и снижение восприятия, мышления, памяти, воображения, познавательной деятельности.



Особенности речевой функции при врожденной глухоте, получении дефекта до трех лет и после трех лет жизни. Функциональная взаимосвязь слуха, речи и движения. Отставания физического развития и двигательной сферы глухих и слабослышащих детей дошкольного и школьного возраста: замедленность овладения двигательными умениями и навыками по сравнению со слышащими сверстниками. Нарушения в развитии физических качеств и координационных способностей. Основные направления развития и коррекции двигательных и психических способностей. Развитие координационных способностей: согласованности движений звеньев тела при выполнении гимнастических упражнений, ходьбы, бега, прыжков, метаний и др., развитие устойчивости к вестибулярным раздражителям, коррекция статического и динамического равновесия, ориентировки в пространстве, реагирующей способности, точности и ритма движений, мелкой моторики, расслабления. Развитие основных физических качеств: силовых, скоростных, скоростно-силовых. выносливости, гибкости, ловкости. Профилактика и коррекция нарушений осанки, плоскостопия, массы тела. Развитие дыхательной и сердечно-сосудистой систем. Коррекция, компенсация и развитие внимания (концентрации, распределения), двигательной и зрительной памяти, наглядно-образного мышления, ориентировки в пространстве (схема тела, направления, амплитуда, траектория, маршрут движения), зрительных, кинестетических, вибрационных, кожных, тактильных ощущений. Особенности адаптивного физического воспитания глухих и слабослышащих детей. Комплектование классов (групп). Характеристика программ по физической культуре для детей дошкольного и школьного возраста с нарушением слуха. Задачи, средства, методы. методические приемы обучения программным видам физических упражнений. Особенности восприятия учебного материала. Структура и особенности обучения глухих и слабослышащих детей двигательным действиям, приемы формирования знаний. Вербальные и наглядные методы; обучения. Активизация познавательной и речевой деятельности. Использование межпредметных связей. Особенности построения и содержания урока физической культуры. Конкретизация задач (образовательных, воспитательных, оздоровительных, коррекционно-развивающих), структура и содержание урока подбор адекватных средств, методов, методических приемов, динамика психофизической нагрузки, распределения во времени, и способы ее регулирования. Методы познавательной, речевой, коммуникативной деятельности. Подбор подвижных игр, эстафет, игровых композиций коррекционной направленности. Соотношение учебной и игровой деятельности на уроке в зависимости от возраста. Организация урока, материальное обеспечение, нестандартное оборудование, обеспечение страховки, взаимопомощи, безопасности.

Педагогические наблюдения за проведением уроков глухих и слабослышащих детей разных возрастных групп. Ознакомление с медицинскими картами, документами планирования.



Раздел 5. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением речи

Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями речи. Причины и классификации нарушений речи. Особенности психической деятельности детей с нарушениями речи. Особенности физического развития и двигательных способностей детей с нарушением речи. Особенности дыхания при речевых нарушениях.

Методика адаптивного физического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста с нарушениями речи. Методика дыхательной гимнастики для младших школьников с нарушением речи. Методика коррекции и развития мелкой моторики рук у младших школьников с нарушениями речи. Методика коррекции и развития координационных способностей у детей с нарушениями речи. Методика релаксации для детей с нарушениями речи. Методика АФВ дошкольников с заиканием.

Раздел 6. Методика адаптивной физической культуры детей с умственной отсталостью

Формы физической рекреации в режиме учебного дня и во внеурочное время. Участие государственных, общественных, родительских организаций в создании разнообразных форм физической рекреации - Спешил Арг, Спорт-фест (для тяжело больных детей с умственной отсталостью), спортивные праздники, гала-концерты, фестивали и др. Цель, задачи, особенности подготовки, организации и содержания. Взаимосвязь физического, нравственного, эстетического воспитания. Философия Специального олимпийского движения. Подвижные игры как развлечение и метод целенаправленной коррекции и развития двигательных, психических, интеллектуальных способностей. Классификация подвижных игр. Особенности спортивного воспитания подростков. Особенности дополнительного физкультурного образования общефизической, профессионально-прикладной физической подготовки, углубленной специализации в избранном виде спорта. Посещение студентами праздничных мероприятий, участие в качестве волонтеров.

Раздел 7. Методика адаптивной физической культуры при детском церебральном параличе

Понятие о детском церебральном параличе (ДЦП): эпидемиология, классификация, этиология. Сопутствующие заболевания и вторичные нарушения. Речевые и психические отклонения. Двигательные нарушения. Двигательная реабилитация детей с ДЦП. Адаптивное физическое воспитание детей с ДЦП в дошкольном и школьном возрасте. Нетрадиционные формы занятий. Оценка эффективности занятий адаптивной физической культурой при ДЦП

Раздел 8. Особенности работы с родителями детей-инвалидов



Особенности семейного воспитания детей с ограниченными возможностями. Роль матери в семье, воспитывающей ребенка с нарушениями в развитии. Методы и формы работы с родителями детей с ограниченными. Участие семьи в развитии двигательной активности детей с нарушениями в развитии.

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Для изучения дисциплины используются различные образовательные технологии:

1. Традиционные образовательные технологии представлены комбинацией объяснительно-иллюстративного и репродуктивного методов обучения. Осуществляются с использованием информационных лекций, семинаров, практических занятий или лабораторных работ. При использовании данных методов деятельность учащегося направлена на получение теоретических знаний и формирования практических умений по дисциплине.

2. Для организации процесса обучения и самостоятельной работы используются информационно-коммуникационные образовательные технологии, представленные в виде педагогических программных средств и электронной информационно-образовательной среды (ЭИОС). Технологии расширяют возможности образовательной среды, как разнообразными программными средствами, так и методами развития креативности обучаемых. К числу таких программных средств относятся моделирующие программы, поисковые, интеллектуальные обучающие, экспертные системы, программы для проведения деловых игр.

3. Технология обучения в сотрудничестве применяются при проведении семинарских, практических и лабораторных занятий, нацелены на совместную работу в командах или группах и достижение качественного образовательного результата.

4. При реализации образовательной программы с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения:

- состав видов контактной работы по дисциплине (модулю), при необходимости, может быть откорректирован в направлении снижения доли занятий лекционного типа и соответствующего увеличения доли консультаций (групповых или индивидуальных) или иных видов контактной работы;

- информационной основой проведения учебных занятий, а также организации самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю) являются представленные в электронном виде методические, оценочные и иные материалы, размещенные в электронной информационно-образовательной среде (ЭИОС) университета, в электронных библиотечных системах и открытых Интернет-ресурсах;

- взаимодействие обучающихся и педагогических работников осуществляется с применением ЭИОС университета и других информационно-



коммуникационных технологий (видеоконференцсвязь, облачные технологии и сервисы, др.);

- соотношение контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю) может быть изменено в сторону увеличения последней, в том числе самостоятельного изучения теоретического материала.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

6.1 Основная литература

1. Ростомашвили, Л.Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития: учебное пособие [Электронный ресурс] : учеб. пособие — Электрон. дан. — Москва : Советский спорт, 2015. — 164 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/69850>.

2. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья : учебное пособие / [Т. В. Андрюхина и др. ; под общ. ред. Т. В. Андрюхиной ; рец.: А. Ф. Терешкин, Е. А. Югова] ; Рос. гос. проф.-пед. ун-т. - Екатеринбург : Издательство РГППУ, 2019. - 158 с. - URL: <http://elar.rsvpu.ru/handle/123456789/27461>

3. Белокрылов Н. М., Мугерман Б. И., Налобина А. Н., Шаров А. В., Шарова Л. В. Оздоровительные технологии : учебник. - Пермь : Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2015. - 130 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/70643>.

4. Харченко Л. В., Синельникова Т. В., Турманидзе В. Г. Теория и методика адаптивной физической культуры для лиц с сенсорными нарушениями : учебное пособие. - Омск : Омский государственный университет, 2016. - 112 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/59660>.

6.2 Дополнительная литература

1. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учеб. пособие / З.С. Варфоломеева [и др.]. — Электрон. дан. — Москва : ФЛИНТА, 2012. — 130 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/12959>.

2. Вайнер Э. Н. Краткий энциклопедический словарь : Адаптивная физическая культура / Вайнер Э. Н., Касюнин С. А. — Москва : Флинта, 2018. — 144 с. — Режим доступа: <http://e.lanbook.com/book/109528>.

3. Евсеева, О.Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник [Электронный ресурс] : учеб. / О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев. — Электрон. дан. — Москва : Советский спорт, 2013. — 388 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/51781>.

4. Морозов, В.О. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие —



Электрон. дан. — Москва : ФЛИНТА, 2019. — 112 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/122663>.

5. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Электронный ресурс] : учеб. пособие — Электрон. дан. — Москва : Советский спорт, 2014. — 298 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/51905>.

6.3 Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

Программное обеспечение:

1. Операционная система Windows.
2. Офисная система Office Professional Plus.

Информационные системы и платформы:

1. Система дистанционного обучения «Moodle».
2. Система электронного обучения «Open edX».
3. Информационная система «Таймлайн».
4. Платформа для организации и проведения вебинаров «Mirapolis Virtual Room».

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Перечень материально-технического обеспечения для реализации образовательного процесса по дисциплине:

1. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа.
2. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского (практического) типа, проведения групповых и индивидуальных консультаций, проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.
3. Читальный зал для магистрантов и аспирантов.
4. Помещения для самостоятельной работы.

