

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

**СТАРОБЕЛЬСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ (ФИЛИАЛ)  
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего  
образования «Луганский государственный педагогический университет»  
(Старобельский факультет (филиал) ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

**Кафедра физической культуры и охраны жизнедеятельности**

УТВЕРЖДАЮ

Директор  
Старобельского факультета (филиала)  
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»



Маршуба И.В.  
\_\_\_\_\_ 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**По направлению подготовки:** 49.03.01 Физическая культура.

**Профиль подготовки:** Физкультурное образование.

**Квалификация выпускника:** бакалавр

**Форма обучения:** очная, заочная

**Курс:** ОФО 4 курс (8 семестр), ЗФО 4 курс (А семестр)

Старобельск, 2023

## Лист согласования

Рабочая программа дисциплины «Адаптивная физическая культура» является частью основной профессиональной образовательной программы для бакалавров всех направлений подготовки очной и заочной форм обучения.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования — бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденным Приказом Министерства образования и науки РФ от 19 сентября 2017 г. № 940 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования — бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура» (с изменениями и дополнениями). Редакция с изменениями от 26.11.2020 г. № 1456.


### СОСТАВИТЕЛЬ:

ассистент кафедры физической культуры и охраны жизнедеятельности Старобельского факультета (филиал) ФГБОУ ВО «Луганский государственный педагогический университет», **Решетило Евгений Константинович.**

Утверждена на заседании кафедры физической культуры и охраны жизнедеятельности

«1» сентября 2023 г., протокол № 1


Заведующий кафедрой

 А.В. Туленцов

Одобрена на заседании учебно-методического совета Старобельского факультета (филиал) ФГБОУ ВО «ЛГПУ»

«15» ноября 2023 г., протокол № 3

Председатель

 О.В. Верховод

### СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора  
Старобельского факультета  
(филиал)

 А.В. Стась

«15» ноября 2023 г.

## **1. Цели и задачи учебной дисциплины**

**Цель** дисциплины – создание у студентов системы знаний в области теории и организации адаптивной физической культуры. Формирование компетенций, позволяющих организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, использования психолого-педагогических технологий в профессиональной деятельности, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями.

### **Задачи:**

- добиться прочного овладения студентами системой профессиональных знаний об организации адаптивной физической культуры;
- воспитание у студентов способности осмысливать информацию, относящуюся к инновационным технологиям физической культуры для обучения лиц с особыми образовательными потребностями, определять эффективные пути ее использования в будущей профессиональной деятельности;
- привитие студентам опыта творческой деятельности, умений анализировать и проектировать инновационную работу;
- обеспечить применение студентами усвоенных технологий в практической деятельности.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина «Адаптивная физическая культура» относится к циклу дисциплин, формируемых участниками образовательных отношений профессиональной подготовки будущих специалистов в области физической культуры и спорта.

Данная учебная дисциплина является частью профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры и имеет тесные взаимосвязи с педагогикой, теорией и методикой физического воспитания, спортивно-педагогическими дисциплинами. Знания по дисциплине «Адаптивная физическая культура» базируются на теоретических и практических дисциплинах базовой и вариативной частей образовательной программы, в том числе профессионально-двигательной направленности.

**Необходимыми условиями для освоения учебной дисциплины является** освоение теоретико-методических основ адаптивной физической культуры, теории и методики физического воспитания, физиологических основ физического воспитания. Опираясь на полученные знания о достижениях современной науки в области теории и методики физического воспитания, методик обучения, развития физических качеств,

оздоровительных технологий – внедрять их в своей практической деятельности.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижений компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижений	Результаты достижений по дисциплине
<b>ОПК-6</b> Способность формировать осознанное отношение к занимающимся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	<p><b>ОПК-6.1.</b> Осуществляет отбор и применяет психолого-педагогические технологии (в том числе инклюзивные) с учетом различного контингента обучающихся.</p> <p><b>ОПК-6.2.</b> Применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.</p> <p><b>ОПК-6.3.</b> Проектирует индивидуальные образовательные маршруты в соответствии с образовательными потребностями детей и особенностями их развития.</p>	<p><b>Знает:</b> значение адаптивной физической культуры в системе образования и ее основные понятия; цель и задачи адаптивной физической культуры и ее отличия от других отраслей знаний; содержание и особенности деятельности в области теории и организации адаптивной физической культуры; опыт организации адаптивной физической культуре в России и за рубежом; способы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями; актуальные проблемы в области адаптивной физической культуры.</p> <p><b>умеет:</b> формулировать задачи (коррекционные, компенсаторные, профилактические, оздоровительные, образовательные, воспитательные и др.), ставить актуальные задачи, подбирать соответствующие средства и методы интеллектуального, эмоционально-волевого,</p>

		<p>нравственного, эстетического, экологического и других видов воспитания личности лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, их социализации в процессе занятий адаптивной физической культурой; применять современные методики организации учебно-воспитательного процесса в системе адаптивного физического воспитания; использовать полученные знания по предмету в профессиональной деятельности, обосновывать цели и решать задачи в реализации содержания адаптивной физической культуры в системе специального образования; подбирать соответствующие средства и методы их решения для организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, регулировать физическую нагрузку в процессе занятий; приобщить людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов различных нозологических групп к занятиям адаптивной физической культурой, формировать аксиологическую концепцию жизни у данной категории населения с установкой на здоровый образ жизни,</p>
--	--	--

		<p>максимальную самореализацию в качестве социально и индивидуально значимого субъекта</p> <p><b>владеет:</b> навыками осуществления профессиональной деятельности;</p> <p>методами оптимизации состояния и восстановления людей с ограниченными физическими возможностями, затраченными в процессе основного вида деятельности;</p> <p>способностью анализировать социально-значимые проблемы и процессы;</p> <p>навыками планирования содержания занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний</p> <p>занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности,</p> <p>климатических, национальных, религиозных особенностей;</p> <p>умением определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармонического развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</p> <p>психолого-педагогическими технологиями в профессиональной деятельности,</p>
--	--	--

		необходимыми для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся в том числе с особыми образовательными потребностями.
--	--	--

## 4. Структура и содержание учебной дисциплины

### 4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов (зач. ед.)	
	Очная форма	Заочная форма
<b>Общая учебная нагрузка (всего)</b>	<b>72 (2 з. е.)</b>	<b>72 (2 з. е.)</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) в том числе:</b>	<b>28</b>	<b>12</b>
Лекции	8	4
Семинарские занятия	-	
Практические занятия	16	4
Лабораторные работы	-	
Контрольные работы (презентации)	-	
КСР	-	
Курсовая работа (курсовой проект)	-	
Другие формы и методы организации образовательного процесса ( <i>групповые дискуссии, ролевые игры, тренинг, компьютерные симуляции, интерактивные лекции, семинары, анализ деловых ситуаций и т.п.</i> )	4	4
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	<b>44</b>	<b>60</b>
Итоговая аттестация	<b>Зачет</b>	<b>Зачет</b>

### 4.2. Содержание разделов учебной дисциплины

**Тема 1.** Истоки зарождения адаптивной физической культуры. Адаптивная физическая культура в системе образования. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры. Теория и организация адаптивной физической культуры. Теория и организация адаптивной физической культуры как интегративная наука, учебная культуры как интегративная наука, учебная дисциплина и важная область социальной практики. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры. Содержание и особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре.

**Тема 2.** Теория и организация адаптивной физической культуры как интегративная наука, учебная дисциплина и важная область социальной практики. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры. Содержание и особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре. Становление и развитие адаптивной физической

культуры среди лиц с поражениями опорнодвигательного аппарата. История адаптивной физической культуры для лиц с поражением слуха, зрения, нарушением интеллекта.

**Тема 3.** Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Основные опорные концепции, теории и принципы адаптивной физической культуры. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры в дополнительном образовании.

**Тема 4.** Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре. Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре. Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре.

### 4.3. Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1	Истоки зарождения адаптивной физической культуры. Адаптивная физическая культура в системе образования. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры.	2	2
2	Теория и организация адаптивной физической культуры как интегративная наука, учебная дисциплина и важная область социальной практики. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры. Содержание и особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре.	2	
3	Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Основные опорные концепции, теории и принципы адаптивной физической культуры.	2	2
4	Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре. Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре.	2	
<b>Итого:</b>		8	4

### 4.4. Практические (семинарские) занятия

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1	Теория и организация адаптивной физической культуры. Теория и	2	2



	организация адаптивной физической культуры как интегративная наука, учебная культуры как интегративная наука, учебная дисциплина и важная область социальной практики. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры.		
2	Содержание и особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре.	2	
3	Становление и развитие адаптивной физической культуры среди лиц с поражениями опорнодвигательного аппарата	2	
4	История адаптивной физической культуры для лиц с поражением слуха, зрения, нарушением интеллекта	2	
5	Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)	2	
6	Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры в дополнительном образовании.	2	
7	Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	2	
8	Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре.	2	
<b>Итого:</b>		16	4

#### 4.5. Лабораторные работы рабочей программой не предусмотрены

#### 4.6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Название темы	Вид СРС	Объем часов	
			Очная форма	Заочная форма
1	Истоки зарождения адаптивной физической культуры. Адаптивная физическая культура в системе образования. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры. Теория и организация адаптивной физической культуры. Теория и организация адаптивной физической культуры как интегративная наука, учебная культуры как интегративная наука, учебная дисциплина и важная область социальной практики. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры. Содержание и особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре.	Конспектирование первоисточников и их анализ. Написание реферата, подготовка презентации	10	10

2	<p>Теория и организация адаптивной физической культуры как интегративная наука, учебная дисциплина и важная область социальной практики. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры. Содержание и особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре. Становление и развитие адаптивной физической культуры среди лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата. История адаптивной физической культуры для лиц с поражением слуха, зрения, нарушением интеллекта.</p>	<p>Представление тезисов доклада. написание реферата, подготовка презентации</p>	10	20
3	<p>Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Основные опорные концепции, теории и принципы адаптивной физической культуры. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры в дополнительном образовании.</p>	<p>Конспектирование первоисточников и их анализ. Написание реферата, подготовка презентации</p>	14	10
4	<p>Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре. Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре. Развитие физических</p>	<p>Конспектирование первоисточников и их анализ. Написание реферата, подготовка презентации</p>	10	20

	способностей в адаптивной физической культуре.			
<b>Итого:</b>			<b>44</b>	<b>60</b>

#### **4.7. Курсовые работы рабочей программой не предусмотрены.**

### **5. Методическое обеспечение, образовательные технологии**

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

*Информационные технологии:* использование электронных образовательных ресурсов (электронные конспекты, лекции, литература и т.п.) при подготовке к лекциям и практическим занятиям.

*Исследовательские методы в обучении:* студенты самостоятельно пополняют свои знания, глубоко вникают в изучаемую проблему и предполагают пути ее решения, что важно при формировании мировоззрения.

*Лекционно-семинарская зачетная система:* концентрирует материал в блоки и преподносит его как единое целое, а контроль проводится по предварительной подготовке студентов.

### **6. Формы контроля освоения учебной дисциплины**

- самостоятельная работа (написание реферата);
- устный опрос;
- письменная работа по темам лекционных и семинарских занятий;
- итоговая письменная работа.

Итоговый контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме зачета (включает в себя ответ на теоретические вопросы).

#### **Система оценивания учебных достижений студентов очной формы обучения**

Вид текущей учебной работы	Количество баллов
Практические задания (5 бал. * 8 заданий)	40
Самостоятельная работа	20
Зачет	40
<b>Итого за семестр:</b>	<b>100</b>

#### **Система оценивания учебных достижений студентов заочной формы обучения**

Вид текущей учебной работы	Количество баллов
Практические задания (10 бал. * 2 задания)	20
Самостоятельная работа	40
Зачет	40
<b>Итого за семестр:</b>	<b>100</b>

### Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Система оценивания экзамена	100-балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачета
Отлично	90–100	<b>А</b> – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	Зачтено
Хорошо	83–89	<b>В</b> – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	
Хорошо	75–82	<b>С</b> – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетворительно	63–74	<b>Д</b> – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки	
Удовлетворительно	50–62	<b>Е</b> – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	
Неудовлетворительно	21–49	<b>FX</b> – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично;	Незачтен

		необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий	о
Неудовлетворительно	<b>0–20</b>	<b>Г</b> – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий	

## 7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

### Основные источники:

1. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры: учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07190-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515062>.
2. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник / С. П. Евсеев. — 2-е изд. — Москва: Издательство «Спорт», 2020. — 616 с. — ISBN 978-5-907225-56-5. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/101283.html>.
3. Евсеева, О. Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник / О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев; под редакцией С. П. Евсеев. — Москва: Издательство «Спорт», 2016. — 384 с. — ISBN 978-5-906839-18-3. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/55569.htm>.
4. Иванов, И. Н. Основы теории и организации адаптивной физической культуры. Курс лекций / И. Н. Иванов. — Волгоград: ВГАФК, 2016. — 240 с. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158067>.
5. Коваленко, А. В. Adaptive Physical Culture (Адаптивная физическая культура): учебное пособие для студентов направления подгот. 034400.62 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Профиль «Адаптивное физическое воспитание» / А. В. Коваленко. — Сургут:

Сургутский государственный педагогический университет, 2014. — 82 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: [https:// www.iprbookshop.ru/86974.htm](https://www.iprbookshop.ru/86974.htm).

#### **Дополнительные источники:**

1. Методика и практика организации адаптивного спорта в педагогическом вузе: учебное пособие / Р. Р. Магомедов, М. Р. Попова, Н. О. Щупленков [и др.]; под редакцией Р. Р. Магомедова. — Ставрополь: Ставролит, 2018. — 376 с. — ISBN 978-5-903998-23-4. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: [https:// www.iprbookshop.ru/117390.html](https://www.iprbookshop.ru/117390.html).
2. Совершенствование структуры управления адаптивной физической культурой и контроля спортивной подготовки в комплексной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья: монография / Т. П. Бегидова, М. В. Бегидов, И. Е. Попова [и др.]; под редакцией Т. П. Бегидовой. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2021. — 202 с. — ISBN 978-5-4497-0953-0. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/103445.html>.

#### **Интернет-ресурсы и другие электронные информационные источники:**

1. IPRbooks: электронно-библиотечная система / ЭБС IPRbooks; ООО «Ай Пи Эр Медиа», электронное периодическое издание «[www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru)». — Саратов, [2010-]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/> (дата обращения: 14.06.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст: электронный.
2. Сетевая электронная библиотека классических университетов / ООО ЭБС «Лань». — Санкт-Петербург, 2009. — URL: <https://e.lanbook.com/> (дата обращения: 14.06.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст: электронный.
3. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система / ООО «Директ-Медиа». — Москва, [2010-]. — URL: <https://biblioclub.ru/> (дата обращения: 14.06.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст: электронный.
4. Образовательная платформа Юрайт / ООО «Электронное издательство Юрайт». — Москва, 2020. — URL: <https://urait.ru/> (дата обращения: 14.06.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст: электронный.

#### **8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Для обеспечения данной дисциплины необходимы: лекционные аудитории Старобельского факультета (филиала) ФГБОУ ВО ЛГПУ «ЛГПУ», рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет, рабочие места студентов, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для работы в электронной образовательной среде и т.п., мультимедийная доска.

## 9. Лист дополнений и изменений

№ п/п	Дата внесения изменения / дополнения	Основание	Содержание изменения / дополнения	Лица, подтверждающие изменение / дополнение	
				Заведующий кафедрой (Фамилия, инициалы, подпись)	Директор / декан (Фамилия, инициалы, подпись)