

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет"
Информация о владельце:
ФИО: Лизунова Лариса Рейновна
Должность: Проректор по образовательной деятельности и информатизации
Дата подписания: 13.01.2023 16:25:07
Уникальный программный ключ:
2df9c6861881908afc45bec7d3c3932fa758d4b545fa3be46a642db74e588dff

Электронный документ подписан ПЭП

Должность: Проректор по образовательной деятельности и информатизации
Уникальный программный ключ: 61918fe267ac770da66e

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой
Сарапулов Алексей Николаевич



МОДУЛЬ "УНИВЕРСАЛЬНЫЙ" Адаптивное физическое воспитание рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	Физического воспитания*
Учебный план	b510304_09o_2020_Музеология.plx 51.03.04 Музеология и охрана объектов культурного и природного наследия Направленность (профиль) - Культурно-образовательная и экскурсионная деятельность
Квалификация	Бакалавр
Форма обучения	очная
Общая трудоемкость	0 ЗЕТ
Часов по учебному плану	328
в том числе:	Виды контроля в семестрах: зачеты 1, 2, 3, 4, 5
аудиторные занятия	230
самостоятельная работа	78
Форма контроля, Промежуточная аттестация	18,75

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		3 (2.1)		4 (2.2)		5 (3.1)		Итого	
	Неделя		13 4/6		15 5/6		16 4/6		15 3/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП								
Практические	40	40	40	40	50	50	50	50	50	50	230	230
Иная контактная работа	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	1,25	1,25
В том числе в форме практ.подготовки	15	15	15	15	20	20	20	20	20	20	90	90
Итого ауд.	40	40	40	40	50	50	50	50	50	50	230	230
Контактная работа	40,25	40,25	40,25	40,25	50,25	50,25	50,25	50,25	50,25	50,25	231,25	231,25
Сам. работа	12	12	12	12	18	18	18	18	18	18	78	78
Часы на контроль	3,75	3,75	3,75	3,75	3,75	3,75	3,75	3,75	3,75	3,75	18,75	18,75

Программу составил(и): _____, доцент кафедры физического воспитания, Кербель Л.А.

Рабочая программа дисциплины

Адаптивное физическое воспитание

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 51.03.04 Музеология и охрана объектов культурного и природного наследия (приказ Минобрнауки России от 06.12.2017 г. № 1180)

составлена на основании учебного плана:

51.03.04 Музеология и охрана объектов культурного и природного наследия

Направленность (профиль) - Культурно-образовательная и экскурсионная деятельность

(Шифр Дисциплины: Б1.О.01.ДВ.01.02)

утвержденного учёным советом вуза 24.12.2019 г. протокол № 5.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Отечественной и всеобщей истории, археологии *

Протокол от 26 ноября 2019 г. № 3

Срок действия программы: 2020-2024 уч.г.

Зав. кафедрой Сарапулов Алексей Николаевич

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
1.1	Формирование физической культуры личности студента и способности направленного использования средств адаптивной физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП	
Цикл (раздел) ООП:	Б1.О.01.ДВ.01
2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Физическая культура
2.1.2	Безопасность жизнедеятельности
2.2 Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Физическая культура

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
УК-7.31: знать современные подходы и методы формирования должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
Знать:	
Уровень 1	Общие, но не структурированные знания о современных подходах и методах к формированию должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уровень 2	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания о современных подходах и методах к формированию должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уровень 3	Сформированные системные знания о современных подходах и методах к формированию должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УК-7.У1: уметь применять различные виды физической активности для поддержания должного уровня физической подготовленности к полноценной социальной и профессиональной деятельности	
Знать:	
Уровень 1	В целом успешно, но не системно умеет применять различные виды физической активности для поддержания должного уровня физической подготовленности к полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уровень 2	В целом успешные, но содержащие отдельные пробелы в умении применять различные виды физической активности для поддержания должного уровня физической подготовленности к полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уровень 3	Сформированное умение применять различные виды физической активности для поддержания должного уровня физической подготовленности к полноценной социальной и профессиональной деятельности
УК-7.В1: владеть навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
Знать:	
Уровень 1	В целом владеет навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уровень 2	Владеет навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уровень 3	Сформированные навыки владения навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1 Знать:	
3.1.1	Код 31 (УК-7)
3.1.2	современные подходы и методы формирования должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
3.2 Уметь:	
3.2.1	Код У1 (УК-7)
3.2.2	применять различные виды физической активности для поддержания должного уровня физической подготовленности к полноценной социальной и профессиональной деятельности

3.3	Владеть:
3.3.1	Код В1 (УК-7)
3.3.2	навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Час.	Компетенции	Литература	Интре факт.
	Раздел 1. Методико-практический раздел					
1.1	Диагностика знаний по физической культуре, оценка здоровья и физической подготовленности обучающихся /Пр/	1	1	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.2	Способы проведения подготовительной части занятий, изучение гимнастической терминологии для самостоятельного проведения комплексов упражнений, использование строевых упражнений на занятиях по адаптивной физической культуре /Пр/	1	2	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.3	Принципы составления комплексов упражнений на основе средств адаптивной физической культуры (в соответствии с ОВЗ обучающихся) /Пр/	1	2	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.4	Упражнения для коррекции нарушений осанки и профилактики заболеваний позвоночника. /Пр/	1	1	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.5	Коррекция плоскостопия средствами физической культуры. /Пр/	1	2	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.6	Методические основы выполнения дыхательных упражнений в адаптивных видах физической культуры. /Пр/	1	4	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.7	Использование силовых упражнений для коррекции и профилактики нарушений осанки. /Пр/	1	8	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.8	Методические основы парадоксальной дыхательной гимнастики /Пр/	1	4	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0

1.9	Составление комплексов упражнений на основе средств парадоксальной дыхательной гимнастики /Пр/	1	2	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.10	Использование элементов йоги в оздоровительной физической культуре /Пр/	1	6	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.11	Составление комплексов упражнений в соответствии с ОВЗ (нозологией заболевания) обучающихся /Пр/	1	8	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.12	Диагностика знаний по физической культуре, оценка уровня здоровья и физической подготовленности обучающихся /Пр/	2	4	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.13	Восстановление терминологических знаний, написание терминологического диктанта /Пр/	2	4	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.14	Методико-практические основы составления комплексов физических упражнений для профилактики и восстановления после заболеваний опорно-двигательного аппарата, нервной и сердечно-сосудистой систем. /Пр/	2	4	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.15	Развитие аэробных способностей обучающихся. Проведение комплексов упражнений с кардионагрузкой /Пр/	2	2	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.16	Профилактика заболеваний органов дыхания средствами физической культуры: дыхательная гимнастика по системе Бутейко /Пр/	2	4	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.17	Использование скандинавской ходьбы в адаптивной физической культуре /Пр/	2	12	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.18	Методико-практические особенности проведения подвижных игр с обучающимися с ослабленным здоровьем /Пр/	2	10	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0

1.19	Диагностика знаний по физической культуре, оценка уровня здоровья, физической подготовленности обучающихся. /Пр/	3	4	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.20	Способы проведения основной части занятий, изучение гимнастической терминологии для самостоятельного проведения упражнений, использование строевых упражнений в занятиях по адаптивной физической культуре /Пр/	3	2	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.21	Составление и проведение комплексов упражнений на основе средств АФК (в соответствии с нозологией заболевания обучающихся) /Пр/	3	2	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.22	Использование средств оздоровительных систем упражнений для коррекции нарушений осанки и профилактики заболеваний позвоночника /Пр/	3	4	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.23	Использование силовых упражнений (с отягощением) для коррекции и профилактики нарушений осанки /Пр/	3	6	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.24	Составление и проведение комплексов упражнений для коррекции плоскостопия /Пр/	3	6	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.25	Методические основы выполнения дыхательных упражнений в адаптивных видах физической культуры /Пр/	3	8	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.26	Методические основы парадоксальной дыхательной гимнастики /Пр/	3	4	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.27	Составление и проведение комплексов упражнений на основе средств парадоксальной дыхательной гимнастики /Пр/	3	2	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.28	Использование элементов йоги для развития гибкости обучающихся /Пр/	3	6	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0

1.29	Составление комплексов упражнений в соответствии с нозологией заболевания обучающихся /Пр/	3	6	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.30	Восстановление терминологических знаний, написание терминологического диктанта /Пр/	4	2	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.31	Методико-практические основы составления комплексов физических упражнений для профилактики и восстановления после заболеваний опорно-двигательного аппарата, нервной и сердечно-сосудистой систем. /Пр/	4	2	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.32	Развитие аэробных способностей обучающихся средствами фитнес-аэробики /Пр/	4	8	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.33	Профилактика заболеваний органов дыхания средствами физической культуры: дыхательная гимнастика по системе Бутейко /Пр/	4	12	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.34	Использование скандинавской ходьбы в адаптивной физической культуре /Пр/	4	14	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.35	Методические особенности проведения подвижных игр с обучающимися с ослабленным здоровьем /Пр/	4	12	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.36	Диагностика знаний по физической культуре, оценка уровня здоровья, физической подготовленности обучающихся /Пр/	5	2	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.37	Методические основы составления комплексов физических упражнений при грыже поясничного отдела позвоночника и для ее профилактики /Пр/	5	6	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.38	Развитие аэробных способностей обучающихся. Проведение комплексов упражнений с кардионагрузкой /Пр/	5	6	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0

1.39	Составление и проведение комплексов упражнений для профилактики профессиональных заболеваний /Пр/	5	6	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2	0
1.40	Составление комплексов физических упражнений с использованием тренажерного оборудования для коррекции телосложения /Пр/	5	6	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.41	Использование скандинавской ходьбы для развития аэробных способностей /Пр/	5	8	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.42	составление и проведение комплексов силовых упражнений (с отягощениями) для коррекции и профилактики нарушений осанки. /Пр/	5	6	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
1.43	Проведение физкультурно-массового мероприятия /Пр/	5	10	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
	Раздел 2. Самостоятельная работа					
2.1	Поиск средств ФК, АФК (интернет, библиотечные ресурсы) для самостоятельного использования для профилактики основного заболевания, поддержания уровня здоровья (подбор физических упражнений, определение дозировки) /Ср/	1	12	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
2.2	Разработка комплекса силовых упражнений для определенной мышечной группы /Ср/	2	12	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
2.3	Самостоятельное выполнение выбранных упражнений /Ср/	3	18	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
2.4	Анализ эффективности индивидуального комплекса упражнений оздоровительной направленности /Ср/	4	18	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
2.5	Подбор подвижных игр для организации спортивного досуга и отдыха /Ср/	5	6	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0

2.6	Разработка физкультурно-оздоровительного мероприятия (спортивно-массового) для организации спортивного отдыха и досуга /Ср/	5	8	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
2.7	Составление комплексов физических упражнений АФК в соответствии с нозологией обучающихся /Ср/	5	4	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	0
	Раздел 3. Контрольный раздел					
3.1	Зачет /Зачёт/	1	3,75	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1		0
3.2	Зачет /ИКР/	1	0,25	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1		0
3.3	Зачет /Зачёт/	2	3,75	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1		0
3.4	Зачет /ИКР/	2	0,25	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1		0
3.5	Зачет /Зачёт/	3	3,75	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1		0
3.6	Зачет /ИКР/	3	0,25	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1		0
3.7	Зачет /Зачёт/	4	3,75	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1		0
3.8	Зачет /ИКР/	4	0,25	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1		0

3.9	Зачет /Зачёт/	5	3,75	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	0
3.10	Зачет /ИКР/	5	0,25	УК-7.31 УК-7.У1 УК-7.В1	0

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. ФОСы для проведения промежуточного контроля:

Сем (курс)	Форма контроля	Оценочное средство	Описание
2	Зачёт	Тестирование уровня физической подготовленности	Бег - 60 м, подтягивание на низкой перекладине, тест Купера, упражнение на координацию
2	Зачёт	Методическая разработка	Составление и написание комплекса общеразвивающих упражнений по заболеваниям (комплекс упражнений на коррекцию плоскостопия и при заболеваниях сердечно-сосудистой системы)
3	Зачёт	Методическая разработка	Устный опрос по знаниям правил игр в настольный теннис и бадминтон
3	Зачёт	Тестирование уровня физической подготовленности	Выполнение тестов для оценки гибкости, бег - 30 м, сгибание-разгибание рук в упоре лежа на коленях, челночный бег
5	Зачёт	Тестирование уровня физической подготовленности	Тестирование уровня динамики физической подготовленности: бег - 60 м, сгибание-разгибание рук в упоре лежа на коленях, челночный бег, выполнение тестов для оценки гибкости
5	Зачёт	Методическая разработка	Написание рефератов по разработанным системам укрепления здоровья Бубновского, Мясликова
4	Зачёт	Тестирование уровня физической подготовленности	Выполнение тестов для оценки координационных способностей, тест Купера(выносливость), подтягивание на низкой перекладине (оценка силовых качеств), бег - 60 м (быстрота)
4	Зачёт	Методическая разработка	Разработка физкультурно- оздоровительного мероприятия (спортивно-массового) для проведения в детском лагере отдыха
1	Зачёт	Тестирование уровня физической подготовленности	Тест 1. Упражнение "Планка" (сек.), Тест 2. Сгибание-разгибание рук в упоре лежа на коленях, Тест 3. Опускание и поднятие туловища из положения лежа согнув ноги
1	Зачёт	Методическая разработка	Составление и написание общеразвивающих упражнений в соответствии с нозологией обучающихся

5.2. ФОСы для проведения текущего контроля:

Тема	Оценочное средство	Описание
------	--------------------	----------

Диагностика знаний по физической культуре, оценка здоровья и физической подготовленности обучающихся	Собеседование	Подбор тестовых заданий для определения эффективности выполнения индивидуальной программы.
Принципы составления комплексов упражнений на основе средств адаптивной физической культуры (в соответствии с ОВЗ обучающихся)	Контрольная работа	Поиск средств (интернет, библиотечные ресурсы) для самостоятельного совершенствования двигательных качеств (подбор физических упражнений, определение дозировки).
Использование силовых упражнений для коррекции и профилактики нарушений осанки.	Контрольная работа	Разработка комплекса силовых упражнений для определенной мышечной группы
Составление комплексов упражнений в соответствии с ОВЗ (нозологией заболевания) обучающихся	Контрольная работа	Составление комплекса силовых упражнений оздоровительной (восстановительной, реабилитационной) направленности для самостоятельного выполнения
Составление комплексов упражнений в соответствии с ОВЗ (нозологией заболевания) обучающихся	Комбинированное оценочное средство	Выполнение тестового задания (Оценка работы на практических занятиях). Самостоятельное выполнение подобранных упражнений.
Способы проведения основной части занятий, изучение гимнастической терминологии для самостоятельного проведения упражнений, использование строевых упражнений в занятиях по адаптивной физической культуре	Контрольная работа	Подбор упражнений для основной части занятия (в соответствии с ограниченными возможностями здоровья).

Методические основы выполнения дыхательных упражнений в адаптивных видах физической культуры	Контрольная работа	Разработка индивидуальной программы для самостоятельных занятий.
Составление комплексов упражнений в соответствии с нозологией заболевания обучающихся	Другое	Тестовое задание. Выполнение индивидуальной программы для самостоятельных занятий
Составление комплексов упражнений в соответствии с нозологией заболевания обучающихся	Собеседование	Анализ результатов выполнения индивидуальной программы для самостоятельных занятий.
Развитие аэробных способностей обучающихся средствами фитнес-аэробики	Собеседование	Анализ динамики развития двигательного качества после выполнения индивидуального комплекса упражнений

5.3. ФОСы для проведения входного контроля:

Оценочное средство	Описание
Тест	Комплекс тестовых заданий (25) по оценке знаниевого компонента в сфере физической культуры и спорта
Тестирование уровня физической подготовленности	Выполнение тестов для оценки гибкости, силовых способностей, аэробных, координационных способностей

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Тимофеева Ольга Владимировна, Сухостав Ольга Анатольевна	Основы методики проведения занятий оздоровительной направленности: методическое пособие	Омск: [б. и.], 2013
Л1.2	Князев В. М., Прокопчук С. С.	Физическая культура в высших учебных заведениях России: учебное пособие	Санкт-Петербург: Университет ИТМО, 2013
Л1.3	Кузнецов И. А., Буров А. Э.	Прикладная физическая культура для студентов специальных медицинских групп: Учебное пособие	Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2019

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Евсеев С. П., Евсеева О. Э.	Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения: учебное пособие	Москва: Советский спорт, 2014
Л2.2	Евсеева О. Э., Евсеев С. П.	Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник	Москва: Спорт, 2016

6.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
--	---------------------	----------	-------------------

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
ЛЗ.1	Абраменко М. Н., Абульханова М. В.	Основы проведения занятий по дисциплине «Физическая культура» для студентов в специальной медицинской группе юридического вуза: учебное пособие	Москва: Всероссийский государственный университет юстиции (РПА Минюста России), 2015
ЛЗ.2	Токарева А. В., Ефимова-Комарова Л. Б.	Физическая культура для студентов специальной медицинской группы: учебное пособие	Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016

6.3.1 Перечень программного обеспечения

Windows 7 Professional, Договор № 0356100012012000080 от 24.12.12 с АО «СофтЛайн Трейд»;
MS Office 2007 Suites, Договор № 0356100012012000080 от 24.12.12 с АО «СофтЛайн Трейд»;
Dr. Web Desktop Security Suite, Договор № АПО/21-5 от 03.08.21 с ООО «Интех Плюс»;
7zip, В свободном доступе. Бесплатная, GNU Lesser General Public License; Adobe reader, В свободном доступе. Бесплатная;
Браузер Google Chrome, В свободном доступе. Бесплатная;
МойОфис Стандартный, Договор № Tr000591420 от 26.03.2021 с АО «СофтЛайн Трейд»

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к одной или нескольким электронно-библиотечным системам (электронным библиотекам) и к электронной информационно-образовательной среде организации.

Электронно-библиотечная система (электронная библиотека) и электронная информационно-образовательная среда обеспечивает возможность доступа обучающегося из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», как на территории организации, так и вне ее.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих.

Используются следующие электронные ресурсы:

- Электронная библиотека Пермского гуманитарно-педагогического университета. – Режим доступа: <http://marcweb.pspu.ru>. - Загл. с экрана.

-ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru>

-ЭБС «Юрайт». – Режим доступа: <https://biblio-online.ru>.

-«Сетевой педагогический университет» на платформе ЭБС Лань. – Режим доступа:

<https://pspu.ru/university/biblioteka/jelektronnye-resursy-biblioteki/setevoj-pedagogicheskij-universitet-na-platforme-eps-lan>

-Межвузовская электронная библиотека Западно-Сибирской зоны. – Режим доступа: <https://icdlib.nspu.ru>

-Коллекция материалов по обучению лиц с инвалидностью и ОВЗ ЭБ МГППУ. - Режим доступа: <http://psychlib.ru>

-Электронные периодические издания East View. - Режим доступа: <https://dlib.eastview.com/browse>

-Электронные периодические издания. Национальная электронная библиотека eLibrary.

-Режим доступа: <https://pspu.ru/university/biblioteka/jelektronnye-resursy-biblioteki/elektronnyje-periodicheskiye-izdaniya.-neb-elibrary>

-Национальная электронная библиотека (НЭБ). - Режим доступа: <https://rusneb.ru/>

-Удаленный электронный читальный зал (УЭЧЗ) Президентской библиотеки им. Б.Н. Ельцина. - Режим доступа:

<https://pspu.ru/university/biblioteka/jelektronnye-resursy-biblioteki/udalennyj-elektronnyj-chitalnyj-zal>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Ауд	Назначение	Вид работ	Оснащение
спортивный зал № 3			барьер л/атл. -15 шт. кегли пластиковые – 25 шт. конус игровой – 10 шт. мяч волейбольный – 25 шт. мяч гандбольный – 20 шт. мяч футбольный 22 шт. ракетки для бадминтона – 30 шт. рулетка- 2 шт. сетка б/б-4 шт. вышка судейская - 1 шт. компрессор электр.GALA – 1 шт. сетка для гандбольных ворот – 2 шт. стойки волейбольные – 1 шт. стойки для бадминтона с сеткой (комплект) – 4 шт. стойки для тенниса (комплект) – 1 шт. ворота гандбольные – 2 шт. щит баскетбольный- 6 шт.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Изучение дисциплины (модуля) включает реализацию всех видов учебной деятельности обучающихся, предусмотренных учебным планом ООП:

- а) работу обучающихся во взаимодействии с преподавателем (далее - контактная работа обучающихся с преподавателем),
- б) самостоятельную работу обучающихся,
- в) промежуточную аттестацию обучающихся.

При реализации контактной работы обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий используются следующие образовательные технологии:

1. Лекционные занятия:

- лекция с использованием ПК и компьютерного проектора;
- установочная лекция;
- обобщающая лекция по дисциплине;
- лекция-визуализация;

2. Практические занятия (в том числе лабораторные и индивидуальные занятия):

- занятия с использованием методов моделирования;
- занятия в форме практикума;
- деловая игра;
- занятия с применением элементов тренинга (формирование профессионально необходимых личностных качеств);
- занятия с применением технологии анализа и решения проблем;
- занятия с применением методов групповой и индивидуальной рефлексии.

Самостоятельная работа студента по дисциплине реализуется посредством следующих технологий:

- применение системы электронной поддержки образовательных курсов MOODLE и др.
- индивидуальная работа студента с учебной литературой;
- применение методов подгрупповой работы студентов;
- применение методов решения ситуационных задач;

Обучение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья. Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья организовано совместно с другими обучающимися.

В ПГГПУ созданы специальные условия для получения высшего образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, включающие в себя специальные методы обучения и воспитания (применяемые методы представлены на официальном сайте ПГГПУ по адресу: <http://pspu.ru/sveden/objects/#uslovvia>).

Обучение студентов с ОВЗ и инвалидностью выстраивается на основе реализации принципов: полисенсорности, индивидуализации, коммуникативности на основе использования информационных технологий.

Обучение студентов с нарушением слуха

В структуру методических материалов / ресурсов по дисциплине могут быть включены:

- учебно-методические презентации,
- видеоматериалы с текстовым сопровождением,
- структурно-логические схемы, таблицы и графики, концентрирующие и обобщающие информацию, опорные конспекты, активизирующие различные виды памяти;
- словарь понятий, способствующий формированию и закреплению терминологии;
- раздаточный материал, позволяющий осуществить индивидуальный и дифференцированный подход, разнообразить приемы обучения и контроля.

Специфика обучения студентов с нарушениями слуха заключается в следующем:

- представление информации с использованием наглядности и активизации мыслительной деятельности;
- представление материала малыми дозами;
- комплексное использование устной, письменной, тактильной, жестовой речи;
- хорошая артикуляция;
- немногословность, четкость изложения, отсутствие лишних слов;
- неоднократное повторение основных понятий, терминов, их определения (фраза должна повторяться без изменения слов и порядка их следования);
- опережающее чтение лекционного материала (студенты заранее знакомятся с лекционным материалом и обращают внимание на незнакомые и непонятные слова и фрагменты; такой вариант организации работы позволяет студентам лучше ориентироваться в потоке новой информации, заранее обратить внимание на сложные моменты).
- обучение работе со зрительными образами: работа с графиками, таблицами, схемами и пр.;
- тренировка умения выделять главное: обучение составлению конспектов, таблиц, схем;
- специальное оборудование учебных кабинетов (звуковые средства воспроизведения информации).

Выбор методов обучения осуществляется в зависимости от содержания изучаемой темы и форм обучения (лекция, практическое занятие, лабораторное занятие, самостоятельная работа, индивидуальная консультация). При изучении курса используются следующие методы обучения:

- объяснительно-иллюстративный (лекция, работа с литературой и т. п.);
- репродуктивный (студенты получают знания в готовом виде);
- программированный или частично-поисковый (управление и контроль познавательной деятельности по схеме, образцу).

Обязательными элементами каждого занятия являются:

- название темы,
- постановка цели,
- сообщение и запись плана занятия,
- выделение основных понятий и методов их изучения,
- указание видов деятельности студентов и способов проверки усвоения материала,
- осуществление текущего контроля с обратной связью, с диагностикой ошибок (представление соответствующих комментариев) по результатам обучения и с оценкой результатов учебной деятельности.

Особое внимание уделяется сопровождению самостоятельной работы обучающимися с нарушениями слуха, в том числе с индивидуальным консультированием, обратной связью с элементами дистанционного обучения.

При проведении промежуточной аттестации приоритетно учитываются результаты текущего контроля результатов обучения.

Обучение студентов с нарушением зрения

В структуру методических материалов / ресурсов по дисциплине могут быть включены:

- текстовые документы, учебно-методические презентации с возможностью адаптации (версия для слабовидящих),
- видеоматериалы с аудиосопровождением,
- объемные модели, муляжи,

раздаточный материал, позволяющий осуществить индивидуальный и дифференцированный подход, разнообразить

Специфика обучения студентов с нарушениями зрения заключается в следующем:

- дозирование учебных нагрузок;
- соблюдение режима освещенности помещений (искусственная освещенность от 500 до 1000 лк; использование настольных ламп; расположение источника света слева или прямо);
- предоставление информации в аудиальной и кинестетической модальностях (рельефно-точечная система Брайля, запись и предоставление информации в аудиоформате);
- применение специальных форм и методов обучения, оригинальных учебников и наглядных пособий, а также оптических и тифлопедагогических устройств, расширяющих познавательные возможности студентов;
- специальное оборудование учебных кабинетов (технические средства адаптации визуальных изображений для слабовидящих, устройства ввода информации и печати на основе рельефно-точечной системы Брайля, устройства для записи и воспроизведения аудиофайлов).

Выбор методов обучения осуществляется в зависимости от содержания изучаемой темы и форм обучения (лекция, практическое занятие, лабораторное занятие, самостоятельная работа, индивидуальная консультация). При изучении курса используются следующие методы обучения:

- объяснительно-комментирующий (лекция, работа с литературой с комментариями преподавателя и т. п.);
- репродуктивный (студенты получают знания в готовом виде);
- программированный или частично-поисковый (управление и контроль познавательной деятельности по схеме, образцу).

Обучение студентов с нарушением опорно-двигательного аппарата

В структуру методических материалов / ресурсов по дисциплине могут быть включены:

- учебно-методические презентации,
- видеоматериалы,
- структурно-логические схемы, таблицы и графики, концентрирующие и обобщающие информацию, опорные конспекты, активизирующие различные виды памяти;
- объемные модели, муляжи,
- словарь понятий, способствующий формированию и закреплению терминологии;
- раздаточный материал, позволяющий осуществить индивидуальный и дифференцированный подход, разнообразить приемы обучения и контроля.

Специфика обучения студентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата заключается в следующем:

- дозирование учебных нагрузок;
- соблюдение динамического режима;
- предоставление информации в различных модальностях (зрительной, аудиальной, кинестетической);
- применение технических устройств, расширяющих двигательные и познавательные возможности студентов;
- специальное оснащение учебных кабинетов (оборудование для обеспечения беспрепятственного доступа в учебные аудитории – поручни, расширенные дверные проемы, специальные кресла и др.).

Выбор методов обучения осуществляется в зависимости от содержания изучаемой темы и форм обучения (лекция, практическое занятие, лабораторное занятие, самостоятельная работа, индивидуальная консультация). При изучении курса используются следующие методы обучения:

- объяснительно-демонстрационный (лекция, работа с литературой с комментариями преподавателя, демонстрация моделей, моделирование процессов и т. п.);
- репродуктивный (студенты получают знания в готовом виде);
- программированный или частично-поисковый (управление и контроль познавательной деятельности по схеме, образцу).